

**«БЕЛГОРОДСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ НАЦИОНАЛЬНЫЙ  
ИССЛЕДОВАТЕЛЬСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ»  
( Н И У « Б е л Г У » )**

**ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ ИНСТИТУТ**

**ФАКУЛЬТЕТ ПСИХОЛОГИИ**

**Кафедра общей и клинической психологии**

**Развитие ответственности у студентов, склонных к зависимости**  
**Выпускная квалификационная работа**  
(дипломная работа)

обучающегося по специальности  
37.05.01 Клиническая психология  
очной формы обучения, группы 02061103  
Павленко Оксаны Павловны

Научный руководитель:  
Кандидат социологических наук,  
доцент кафедры общей  
и клинической психологии  
Пчелкина Е.П.

Рецензент:  
кандидат психологических наук  
Цуркин В.А.

**БЕЛГОРОД 2017**

## Содержание

Введение .....	3
Глава I. ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ ПРОБЛЕМЫ РАЗВИТИЯ ОТВЕТСТВЕННОСТИ У СКЛОННЫХ К ЗАВИСИМОСТИ СТУДЕНТОВ.....	7
1.1. Основные подходы к изучению ответственности в психологии .....	7
1.2. Психологические особенности зависимости у студентов.....	14
1.3. Особенности развития и психологическая структура ответственности студентов, склонных к зависимости.....	30
Глава II. ЭМПИРИЧЕСКОЕ ИССЛЕДОВАНИЕ ОСОБЕННОСТЕЙ ОТВЕТСТВЕННОСТИ У СКЛОННЫХ К ЗАВИСИМОСТИ СТУДЕНТОВ.....	38
2.1. Организация и методы исследования.....	38
2.2. Анализ результатов эмпирического исследования особенностей ответственности у склонных к зависимости студентов.....	44
2.3. Психокоррекционная программа развития ответственности у студентов, склонных к зависимости и оценка ее эффективности .....	52
Заключение.....	62
Список литературы.....	65
Приложения.....	71

## Введение

В настоящее время общество предъявляет высокие запросы к тому, какой должна быть личность, к таким её свойствам, как активность, самостоятельность и ответственность. Не всем, однако, удается соответствовать этим требованиям времени.

Недовольство реальной жизнью и желание уйти от нее является одной из сложнейших проблем человеческой жизни. Формы и способы ухода чрезвычайно разнообразны и нередко носят патологический характер. Одной из таких форм является аддиктивное (или зависимое) поведение, когда жизнь человека, его состояние и поведение начинают жестко зависеть от различных внешних факторов (наркотиков, алкоголя, еды, работы, секса, азартных и компьютерных игр и др.).

Существуют продуктивные способы саморегуляции, позволяющие достичь соответствия стандартам и ожиданиям общества, при этом не саморазрушаясь, а напротив, эффективно разрешая многие внутриличностные противоречия, способствуя укреплению личности и ее росту. К одним из таких эффективных форм саморегуляции личности относится ответственность, которая определяет эффективность ее жизнедеятельности, позволяет ощущать собственную значимость, самоутверждаться, самореализовываться в любых условиях. В связи с этим исследование особенностей ответственности, определение ее социальных и личностных детерминант имеет особую теоретическую и практическую значимость.

Изучением феномена ответственности занимались следующие исследователи: К.А. Абульханова-Славская, М.М. Бахтин, А.В. Брушлинский, Р. Косолапов, С.Ф. Одуев, Э.И. Рудковский, В.В. Ильин, А.Г. Спиркин, М.Ф. Цветаева. Ответственность – это возлагаемое на кого-либо или взятое кем-либо обязательство отчитываться в каких-нибудь своих действиях и принять на себя вину за возможные их последствия. Чувство ответственности является сложным феноменом, характеризующим личностную и социальную зрелость

человека. Особую теоретическую и практическую значимость имеет исследование особенностей ответственности, определение ее социальных и личностных детерминант. Несмотря на активизацию в последнее время интереса к исследованию феномена ответственности, в психологической науке до сих пор существует терминологическая неопределенность соответствующего понятийного аппарата; не выработана единая точка зрения на содержание и структуру данного феномена; недостаточно изучены механизмы и факторы формирования, развития и функционирования данной личностной черты.

В психологической науке также мало разработанной является проблема ответственности студентов вуза, особенно это касается склонных к зависимости студентов. В аспекте широкого распространения зависимости и склонности к ней у студенческой молодежи изучение проблемы ответственности у склонных к зависимости студентов становится особенно актуальной.

**Проблема исследования:** Каковы особенности ответственности у склонных к зависимости студентов в связи с возможностью профилактики и психокоррекции данной склонности?

**Цель исследования:** выявить особенности ответственности у студентов, склонных к различным видам зависимости, в связи с возможностью профилактики и психокоррекции данной склонности.

**Объект исследования:** ответственность как личностная черта студентов.

**Предмет исследования:** особенности ответственности у склонных к зависимости студентов.

**Гипотеза:** Чем ниже у студентов вуза склонность к зависимости, тем более выражены такие типы ответственности, как «Самопожертвование», «Принципиальность»; тем менее развиты все типы ответственности. Психокоррекционная работа по развитию ответственности способствует снижению склонности к зависимости студентов, а именно телевизионной зависимости и зависимости от курения.

В соответствии с целью, объектом, предметом и гипотезой исследования определены следующие **задачи**:

1. Провести анализ теоретических основ проблемы развития ответственности у склонных к зависимости студентов.

2. Выявить особенности ответственности у склонных к зависимости студентов.

3. Разработать систему профилактической и психокоррекционной работы по развитию ответственности и, как следствие, снижению склонности к зависимости студентов вуза.

4. Выявить эффективность программы профилактики и психокоррекции у студентов вуза склонности к зависимости и развития у них ответственности.

**Теоретико-методологическую основу исследования** составили концепции отечественных и зарубежных учёных, в которых раскрываются психологические основы ответственности (М.М. Бахтин, В.В. Ильин, А. Бейн, Н.Н. Семененко и др.), проблемы зависимости (Л.В. Грузд, В.Н. Корченков, И.Б. Олехнович и др.), работы А.Ю. Егорова, Л.Р. Бакироваи др., посвященные изучению вопросов склонности к зависимости студентов вуза, а так же исследования ответственности студентов Л.И. Дементий, В.В. Пшеничная и др.

**Методы исследования:**

теоретические методы (анализ литературных источников);

эмпирические методы (наблюдение, опрос в виде тестирования и беседы, формирующий эксперимент);

методы количественной и качественной обработки данных;

методы математической статистики (критерий Стьюдента);

интерпретационные методы.

**Методики:** методика диагностики склонности к 13 видам зависимости (Г.В. Лозовой); опросник ДУМЭОЛП (диагностика уровня морально-этической ответственности личности); опросник диагностики личностного симптомокомплекса ответственности (ОДЛСО) и оценка его психометрических характеристик (И.А. Кочарян).

**Эмпирическая база исследования:** Белгородский государственный национальный исследовательский университет НИУ БелГУ. В исследовании приняло участие 170 студентов 2, 3, 4 и 5 курсов факультета психологии и института управления (25 юношей, 145 девушек).

**Структура работы:** дипломная работа состоит из введения, двух глав, включающих 5 рисунков и 6 таблиц, заключения, списка литературы, содержащего 63 источника, приложений.

Объем работы составляет 70 страниц машинописного текста.

# **Глава I. ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ ПРОБЛЕМЫ РАЗВИТИЯ ОТВЕТСТВЕННОСТИ У СКЛОННЫХ К ЗАВИСИМОСТИ СТУДЕНТОВ**

## **1.1. Основные подходы к изучению ответственности в психологии**

Ответственность можно по праву считать самой важной личностной чертой. Понятие «ответственность» можно отнести к различным областям психологии. Сущность данного понятия анализируется во взаимосвязи с изучением личности, когнитивных процессов, психологии управления, нравственного воспитания. В «Словаре современного русского литературного языка» указано следующее толкование понятия ответственности: «Ответственность — это возлагаемое на кого-либо или взятое кем-либо обязательство отчитываться в каких-нибудь своих действиях и принять на себя вину за возможные их последствия» [62, с. 300]. Ответственность имеет непосредственное отношение к выполнению обязательств. Такими обязательствами можно считать обещание или договоренность, которые требуют от принявшего их безоговорочного выполнения.

В психологическом словаре ответственность понимается как осуществляемый в разных формах контроль над деятельностью субъекта с точки зрения выполнения им принятых норм и правил [47]. Различают внешние формы контроля, обеспечивающие возложение на субъект ответственности за результаты его деятельности (подотчетность, наказуемость и т.п.) и внутренние формы саморегуляции его деятельности (чувство ответственности, чувство долга).

Слово «ответственность» было введено в научный обиход в 1865 году А. Бейном [6]. В книге «Эмоции и воля». А. Бейн связывает ответственность с вопросом наказуемости. По его мнению, ответственность напрямую связана с процессом обвинения, осуждения и наказания.

В литературных источниках рассматривается широкий круг вопросов, связанных с определением параметров ответственного поведения. Также

важными являются вопросы поиска путей и средств воспитания ответственного отношения к общественно полезной деятельности, выявление механизмов формирования ответственности. Отечественный исследователь проблемы психологии ответственности К. Муздыбаев [38] отмечает, что этимологически слово ответственность происходит от глагола «вещать» и принадлежит к старославянскому понятию вече, означавшему совет, уговор, согласие.

Ответственность зачастую привязывают к определенному субъекту, в контексте отражения объема задач и обязанностей личности, то есть как пределы долга. Долг считается обязанностью человека перед кем-то другим, либо перед своей совестью. Совесть же рассматривается как осмысление и переживание ответственности, базирующиеся на самооценках выполнении обязательств.

В качестве субъекта ответственности могут выступать: отдельная личность; группа как определенная общность людей; государство как некая макроструктура. Наличие инстанции, перед которой субъект может и должен держать ответ за свои действия, является важным регулятором общественной жизни.

Существуют различные виды ответственности. Выделяют ответственность политическую, юридическую, моральную, профессиональную, социальную и др. ее виды.

О юридической ответственности говорят, как об ответственности индивида за реализацию возложенных на него обязанностей в настоящем и будущем. В таком плане юридическая ответственность рассматривается как необходимый элемент общественной дисциплины и правопорядка.

В российском законодательстве и правовой науке юридическая ответственность рассматривается в двух аспекта: в позитивном и негативном.

Одним из первых сторонников «позитивной» ответственности в юридической науке был П.Е. Недбайло [40]. Позитивная юридическая ответственность вытекает из юридической обязанности выполнять положительные, полезные для общества действия, функции и социальные роли



и реализуется в регулятивных правоотношениях, в которых обязанная сторона находится в состоянии подконтрольности и подотчетности.

Таким образом, негативная (в некоторых случаях ее именуют ретроспективной) юридическая ответственность возникает в связи с совершением правонарушения и представляет собой правоотношение между государством в лице его органов (суда, прокуратуры, милиции и т.д.) и правонарушителем, который подвергается за содеянное соответствующим правовым санкциям, неблагоприятным для него (лишение свободы; штраф; возмещение причиненного вреда; отзыв депутата, не оправдавшего доверие избирателей и т.д.)

В военной психологии, в том числе в работе Н.Н. Семененко, ответственность характеризует личность с точки зрения выполнения ею каких-то социальных или нравственных требований. Однако понятие это многогранно. В его историческом развитии существует несколько векторов: от коллективной к индивидуальной, от внешней к внутренней, психологической, от ретроспективной (ответственность за прошлое, вина) к перспективной (ответственность за будущее, обязанность) [51].

В.А. Бодров и А.Г. Луценко в ходе факторно-аналитического исследования представлений специалистов различных специальностей о содержании и структуре понятия «профессиональная ответственность» определили критерии соответствующих психологических качеств, объединенных в группы.

Первая группа включила характеристики, отражающие отношение личности к труду (трудолюбие, добросовестность, активность и др.), к коллективу (доброта, отзывчивость, требовательность, тактичность, обязательность, принципиальность и др.), к самой себе в процессе деятельности (самокритичность, уверенность, самоконтроль, аккуратность и др.).

Вторая группа качеств, вошедших в структуру профессиональной ответственности, объединила черты характера: моральные (честность, обязательность, порядочность, справедливость и т.д.), волевые (настойчивость,

решительность, находчивость и др.), эмоциональные (спокойствие, смелость, устойчивость, тревожность и др.) качества [8].

В своих работах Л.И. Дементий определяет социальную ответственность как объективно обусловленную необходимость соблюдения индивидом основных правил, требований, принципов, устоев совместного общежития. Такое поведение – непереносимое условие нормального функционирования общества, коллективной жизни.

Любая социальная ответственность, в том числе и правовая, может наступить лишь при наличии двух условий: 1) свободы воли индивида; 2) возможности выбора варианта поведения.

Первое условие означает, что ответственность может нести только дееспособное лицо, т.е. лицо, которое отдает отчет своим действиям, способное руководить ими.

Второе условие предполагает, что субъект не может и не должен нести ответственность за единственно возможное в данной конкретной ситуации действие, так как человек не мог поступить иначе, у него не было другого выбора.

В качестве одного из критериев социальной ответственности Л.И. Дементий рассматривает ролевые обязанности и социальные отношения, обуславливающие их [21].

Т.В. Морозкина отмечает, что осознание личностью своей ответственности обуславливается целым рядом факторов. К ним относятся познавательные, мотивационные, характерологические, ситуативные и прочие. В ходе эволюции ответственности формируется внутренний механизм контроля. Субъект, прежде всего, отвечает за свои действия перед самим собой, а не перед внешней инстанцией. Однако присутствие внешней инстанции как таковой является важным фактором, регулирующим не только индивидуальную, но и общественную жизнь. Количество инстанций, перед которыми человек несет ответственность, достаточно большое [36].

Психологической предпосылкой ответственности является возможность выбора, то есть сознательного предпочтения определенной линии поведения. Выбор может осуществляться в усложненных условиях, например, в конфликтных, где сталкиваются интересы отдельно взятого индивида, группы людей или общества, а также между различными группами.

По мнению Л.И. Дементий, для личности особую значимость представляет проблема выбора своего «Я». Здесь как раз и возникает проблема «быть или не быть» или «быть или казаться». Для человека «быть» означает быть человеком, отстаивать свои жизненные позиции и нести за них ответственность. Выбор «казаться» означает отказ от ответственности [17].

Понятие ответственности каждому из нас знакомо с детских лет. Родители всегда стремятся к тому, чтобы научить своего ребенка, как правильно вести себя в обществе, поэтому стараются с самого раннего возраста привить ему правила достойного поведения. Мы живем в социуме, и хотим того или нет, вынуждены каждый день с ним контактировать. Другие люди не всегда оказываются вежливыми, не всегда понимают нас. Ответственность, которая возлагается при этом на каждого из участников взаимодействия индивидуальна и конкретна.

Человеку свойственно приписывать ответственность либо внешним силам (случаю, судьбе и т.п.), либо собственным способностям, стремлениям. В зависимости от этого формируются определенные стратегии поведения человека, которые укладываются в рамки понятия «локус контроля».

Э.И. Рудковский в своих исследованиях выделяет такие понятия как свобода выбора, ответственность перед самим собой и другими людьми. Первое включает в себя возможность действовать согласно своим собственным внутренним установкам и убеждениям. Второе понятие базируется на том, чтобы уметь принимать такие решения, которые бы помогали развиваться и совершенствоваться собственной личности. Наконец, третье понятие связано с возможностью принимать решения относительно взаимодействия с окружающими, корректировать свои действия. Истинная ответственность

всегда предполагает наличие здравого разума и умение быстро находить выход из сложных ситуаций [49].

В отечественной психологии выделяются четыре направления в исследовании ответственности:

В рамках первого направления, которое освещает проблему воспитания ответственности на разных возрастных этапах, занимались: К.А. Климова [30], Т.В. Морозкина [36], В.М. Пискун, Т.Н. Сидорова [52; 53], Л.С. Славина [54; 55], Н.М. Тен [60] и др. Важным является то, что в исследованиях этих ученых показаны основные параметры, условия формирования, ведущие факторы, влияющие на процесс становления ответственности, а также структура социальной ответственности в единстве когнитивного, мотивационного и поведенческого компонентов.

В рамках второго направления ответственность рассматривается как социально-психологический феномен в условиях совместной деятельности. Данными исследованиями занимались В.С. Агеев [2], Е.Д. Дорофеев [25], Л.А. Сухинская [59] и др., подчеркивая социальность этого качества, обусловленную генетически. В данных работах изучение ответственности происходит в рамках реальной трудовой деятельности, раскрывая, основные референты ответственности: эмоциональные, когнитивные, поведенческо-волевые.

К третьему направлению относятся работы В.А. Горбачевой [14], К. Муздыбаева [38], А.Л. Слободского [56], в которых исследуется проблема формирования ответственности в конкретной деятельности, причем деятельности, ведущей на данном этапе развития личности. Социальная ответственность рассматривается, как склонность личности придерживаться в своем поведении общепринятых в обществе социальных норм, исполнять ролевые обязанности и ее готовность дать отчет за свои действия.

Четвертое направление – Л.И. Дементий [17-25] предложила применить типологический подход для исследования ответственности, рассматривая ее, как гарантирование личностью достижения нужного результата (а потому – обеспечение способа его достижения) собственными усилиями при заданном

уровне сложности и ограниченном времени с учетом возможных неожиданностей, трудностей, то есть овладение целостностью ситуации и построение оригинального контура деятельности.

В.С. Агеев отмечает, что важнейшим регулятором поведения индивида является осознание им ответственности, в чем большую роль играют групповые нормы. Поэтому психологический механизм реализации ответственности основан на групповых нормах поведения. Психологической предпосылкой ответственности является выбор определенной линии поведения, который использует различные стратегии поведения, признавая ответственным за свои действия и поступки либо себя, либо внешние силы. Формирование групповых норм поведения возлагает на индивида ответственность за свои действия.

Под групповыми нормами понимается совокупность требований и правил, вырабатываемых внутри группы как определенного сообщества и играющих роль важнейшего средства регуляции поведения членов данной группы, а также характера взаимоотношений, взаимодействия и общения.

Зная групповые нормы, можно предвидеть, как поступит индивид в конкретной ситуации. Благодаря существованию групповых норм поведения используются стереотипы, то есть определенные шаблоны в своих действиях как реакции на возникающие ситуации. Это позволяет индивиду успешно и адекватно управлять своим поведением.

Отрицательными психологическими последствиями отсутствия групповых норм могут быть внутриличностные конфликты и состояние тревоги у индивида, ставшего членом этой группы. Помимо этого, он начинает испытывать страх перед возможным осуждением, порицанием со стороны других людей. То есть система групповых норм контролируется самой группой [1].

Таким образом, ответственность – это интегративное качество индивида, проявляющееся в его способности принимать обоснованные решения в сфере своей деятельности, проявлять настойчивость и добросовестность в их реализации и готовности отвечать за их результаты и последствия.

Ответственность следует рассматривать как стойкое личностное свойство. Составляя жизненные планы, человек обычно взвешивает, насколько ему эта цель или нужно надеяться на внешние силы, на других людей. Поэтому, один индивид может выступать хозяином своей судьбы, а другой «плывет по воле волн», то есть одна личность принимает на себя ответственность, а другая — уходит от нее.

Ответственным личностям свойственно наличие позитивных качеств, начиная от пунктуальности, точности, послушности и заканчивая нравственными, гражданскими чертами, такими как честность, справедливость, принципиальность и т.д. Данные качества лежат в основе политической, юридической, моральной, профессиональной, социальной и других видов ответственности. На их формирование и должна быть направлена воспитательная работа.

## **1.2. Психологические особенности зависимости у студентов**

Согласно периодизации Эрика Эриксона, студенческий возраст можно отнести к периоду ранней взрослости (от 20 до 45 лет) [63].

Ранняя взрослость – этап формирования самосознания и собственного мировоззрения, период принятия ответственных решений, более интенсивного формирования нравственных и эстетических чувств, становления и стабилизации характера и овладения полным комплексом социальных ролей взрослого человека: гражданских, профессионально – трудовых и др. Он характеризуется завершением психологического становления личности и зрелости мышления, обучающихся в вузе. Таким образом, молодой человек формирует: самосознание как целостное представление о самом себе, самооценку не только своей внешности, но и умственных, моральных качеств. Он способен дать оценку своих достоинств и недостатков. Происходит созревание собственного мировоззрения как целостной системы взглядов,

знаний, убеждений собственной жизненной философии, а также стремление заново и критически осмыслить все окружающее. Формируется почва для самоутверждения своей самостоятельности, создания собственных теорий смысла жизни, любви, счастья, политики и т.п. У некоторых студентов с этим жизненным этапом связано постепенное обретение начала экономической независимости, под которой понимают включение человека в самостоятельную производственную деятельность, начало трудовой биографии, а также создание собственной семьи. Многие молодые люди, особенно к концу обучения в вузе, стремятся проявить себя не только, в качестве студентов, но и в качестве работников и добытчиков собственного финансового капитала. В качестве центрального периода становления характера и интеллекта этот жизненный этап выделяют, с одной стороны, как преобразование мотивации, всей системы ценностных ориентации, с другой, как интенсивное формирование специальных способностей в связи с профессионализацией.

Л.И. Дементий отмечает, что новые виды деятельности и новый круг общения, дают возможность избежать дезадапционного синдрома, сделать процесс адаптации ровным и психологически безопасным. Характерной чертой нравственного развития студентов является усиление сознательных мотивов поведения. Заметно укрепляются те качества, которых не хватало в полной мере в старших классах – целеустремленность, решительность, настойчивость, самостоятельность, инициатива, умение владеть собой [17].

Необходимым условием успешной деятельности студентов является освоение новых для него особенностей учебы в вузе, устраняющее ощущение внутреннего дискомфорта и блокирующее возможность конфликта со средой. Если раньше конфликты со средой старались уладить родители, то на данном этапе родители прекращают это делать. Исключения составляют гиперопекающие родители, считая, что их дети не способны сами справиться с адаптацией к вузовским условиям, они всеми усилиями стараются вмешаться в этот процесс. Такие родители часто звонят куратору, держа таким образом «руку на пульсе».

Период адаптации, связанный с ломкой прежних стереотипов, может на первых порах обусловить и сравнительно низкую успеваемость, и трудности в общении. Возникают сложности перестройки с темпа школьной жизни, на темп вузовского обучения. Одной из важных особенностей этой перестройки является тип нервной системы студентов, но все же главенствующее значение здесь имеют социальные факторы.

Проживающие в общежитии студенты быстрее приспосабливаются к окружающей социальной среде. Происходит передача опыта от студентов старших курсов к только что поступившим. Зная тонкости и ловкости обучения в вузе, первокурсники становятся более уверенными в том, что справится с трудностями в учебе, им будет под силу. Их адаптация проходит легче и быстрее, чем у тех, кто живет не в общежитии.

К основным трудностям процесса адаптации первокурсников к вузу Д.В. Лазаренко, причисляет негативные переживания, связанные с уходом вчерашних учеников из школьного коллектива с его взаимной помощью и моральной поддержкой. Смена коллектива в любом возрасте вызывает трудности. На смену людям, особенности характера которых изучены, приходят люди, исход взаимодействия с которыми неизвестен. Приходится преодолевать коммуникативные барьеры, как в общении со студентами, так и с преподавателями. Так же возникает неопределенность мотивации выбора профессии, недостаточная психологическая подготовка к ней. Многие студенты уже в первый год обучения понимают, что имели не верные представления о профессии, появляется желание ее сменить. Зачастую выбор профессии был навязан. Осознавая, что выбранное направление обучения является не интересным, студент теряет мотивацию и возникают серьезные трудности в учебном процессе. Неумение осуществлять психологическое саморегулирование поведения и деятельности, усугубляемое отсутствием привычки повседневного контроля педагогов, так же приводит к возникновению трудностей в учебном процессе. Замечая, что преподаватели предоставляют студентам самим контролировать свои успехи в учебной



деятельности, они могут воспринять это, как возможность уклониться от выполнения заданий в отведенные сроки. Если раньше мотиватором успешной учебной деятельности служил своевременный контроль учителей, то его отсутствие значительно отягощает адаптацию. Поиск оптимального режима труда и отдыха в новых условиях может занять длительный срок. Многие студенты уделяют больше времени отдыху и развлечениям, нежели учебе. Налаживание быта и самообслуживания, особенно при переходе из домашних условий в общежитие тоже вызывает дискомфорт. Отсутствие навыков самостоятельной работы, неумение конспектировать, работать с первоисточниками вызывают дискомфорт [34].

Студенчество – опасная пора. Вырвавшись из-под контроля родителей, молодые люди могут не справиться с обрушившейся на них свободой. Такие резкие перемены в жизни у них могут спровоцировать склонность к зависимости.

В реальной жизни более распространены такие объекты зависимости, как:

- 1) психоактивные вещества (легальные и нелегальные наркотики);
- 2) алкоголь (в большинстве классификаций относится к первой подгруппе);
- 3) пища;
- 4) игры;
- 5) секс;
- 6) религия и религиозные культы.

В соответствии с перечисленными объектами выделяют следующие формы зависимого поведения:

- фармакологическая, или химическая, зависимость (курение, таксикомания, наркозависимость, лекарственная зависимость, алкогольная зависимость);
- нарушение пищевого поведения (переедание, голодание, отказ от еды);
- гэмблинг – игровая зависимость (компьютерная зависимость, азартные игры);

- сексуальные аддикции (зоофилия, фетишизм, трансвестизм, эксбиционизм, вуаистеризм, некрофелия, садомазохизм);
- религиозное деструктивное поведение (вовлеченность в секту).

И.Б. Олехнович выделяет химические и нехимические формы зависимости. К химическим относят, в частности, алкоголизм, наркоманию, токсикоманию, табакокурение. К нехимическим видам зависимости — компьютерные аддикции, азартные игры (гэмблинг), любовные, сексуальные аддикции, аддикция отношений, ургентные аддикции, работоголизм, аддикции к еде (переедание, голодание) [45].

Так как нет рядом родителей, создающих рамки и запреты, то под влиянием сверстников, некоторые студенты начинают вести разгульный образ жизни. В период ранней взрослости молодые люди, как правило, никогда не употребляют алкоголь в одиночестве. Выпивка сопровождает общение. Сначала редкие алкогольные вечера перерастают в стабильную привычку. Учеба уходит на последний план, так как на первый переходят сверстники, которые приобретают весомый авторитет. Объединенные общими интересами, студенты создают компанию, которая собирается преимущественно в одних и тех же определенных местах для совместного проведения времени. Такой способ времяпрепровождения становится доминирующим и оценивается, может быть, как самое важное в жизни. Алкогольная часть открыто не демонстрируется, а как бы подразумевается. Психологическая обстановка в такого рода компаниях во многом связана с действием алкоголя, облегчающего общение за счет растормаживающего эффекта, снятия запретов и ухода от контроля Супер-Эго.

Как правило, основными целями на данном возрастном этапе являются профессиональное самоопределение и достижение стабильности в личной жизни. В тех случаях, когда выбор профессии неудачен или поиск «второй половины» оказывается безуспешным, что приводит к одиночеству, возникает чувство неудовлетворенности, образуется своеобразный эмоциональный «вакуум», который нередко заполняется употреблением ПАВ. Студенты

заменяют внутреннюю пустоту ПАВ, когда, по их мнению, внутренние ресурсы истощены.

Студенты игнорируют все предостережения окружающих по поводу того вреда, которого они наносят своему организму, считая, что эти разговоры надуманны и в них много преувеличений. Сильно искажается их система ценностей. Они не верно трактуют понятие «достижение». Возрастает мотивация к рисковому поведению. Молодые люди стремятся попробовать все более сильные наркотические вещества.

Стоит отметить, что, к сожалению, в нашей стране слишком мало специализированных профессиональных медицинских учреждений для помощи людям с наркотической или алкогольной зависимостью, в их борьбе с этим недугом. Очень малое количество больных проходят долгосрочную терапию. Очень много случаев рецидива. Их намного больше, чем случаев полного отказа зависимых от своей привязанности.

Часто курить студенты тоже начинают под влиянием сверстников. Желание обзавестись друзьями часто настолько велико, что студенты с радостью принимают, выполняют просьбу сходить покурить.

Становление зависимого поведения отличается широким индивидуальным своеобразием, но в целом здесь можно выделить ряд закономерных этапов. В. Каган выделяет три этапа наркологических (алкогольных и неалкогольных) вариантов становления аддиктивного поведения:

Первый этап. Первые пробы. Происходят обычно под влиянием кого-либо из окружения или в компании. Большую роль здесь играют любопытство, подражание, групповой конформизм и мотивы группового самоутверждения. Желание быть частью компании является сильным мотиватором. Глубинная мотивация восходит к присущей человеку потребности в изменении состояний сознания: вероятность того, что первые пробы перерастут в развернутый процесс формирования зависимого поведения и последующего перерастания в болезнь тем больше, чем меньше возраст при первоначальных пробах и чем

меньше потребность в изменении сознания удовлетворяется социально одобряемыми способами. Выбор средства на этом этапе происходит, произвольно и зависит от этнокультуральных особенностей, особенностей субкультуры, опыта группы и доступности средства. По разным причинам (удовлетворенного любопытства, страха наказания, опасения и переживания, разрыва с компанией и т. д.) первые пробы чаще всего не имеют продолжения, исключение составляют табакокурение и культурально санкционированная алкоголизация.

Второй этап. Поисковое аддиктивное поведение. За первыми пробами следует этап экспериментирования с разными видами психоактивных веществ — алкоголем, медикаментами, наркотиками, бытовыми и промышленными химикатами. Обычно оно присуще младшему подростковому возрасту. Для одних подростков важно их употребление как символ принадлежности к группе, для других — сам факт измененного состояния сознания («отруб», «отключка»), для третьих — качество вызываемых эффектов и особенности «кайфа». Как правило, этот этап разворачивается в компании и оформляется по алкогольному типу — для веселья, раскованности, обострения восприятия, снятия сексуальных барьеров, выражения отношения («не нюхаешь, значит, не уважаешь»). Характерно активное экспериментирование с поиском новых средств и способов их употребления (например, «зарядка» летучими веществами фильтр коробки противогАЗа). По мере прохождения данного этапа формируется индивидуальное предпочтение одного из средств или предпочитаемый их спектр.

Третий этап. Переход зависимого поведения в болезнь. Происходит под влиянием множества различных факторов, которые можно условно разделить на социальные, социально-психологические, психологические и биологические.

Социальные — нестабильность общества, доступность психоактивных веществ, отсутствие позитивных социальных и культурных традиций, контрастность уровней жизни, интенсивность и плотность миграции и др. Хранение наркотических веществ и употребление алкоголя после 22.00

карается законом, но, тем не менее, это мало изменило ситуацию в стране. Распространенность наркотиков, в местах скопления молодых людей чрезвычайно велика.

В. Каган утверждает, что проблема отсутствия позитивных культурных традиций тоже требует внимания. Первое, что ассоциируется у туристов с Россией это «водка». Почти все русские праздники принято встречать бурным застольем. А главным является на праздничном столе алкоголь.

Социально-психологические факторы зависимого поведения — высокий уровень коллективной и массовой тревоги, разрыхленность поддерживающих связей с семьей и другими позитивно-значимыми группами, романтизация и героизация девиантного поведения в массовом сознании, отсутствие привлекательных для студентов досуговых центров, ослабление межпоколенных связей поколений. К сожалению, многие подростки, а в последствии и юноши считают для себя более привлекательным образ «хулигана», нежели добропорядочного гражданина, имеющего положительные ценности. Примером для подражания является не люди, самореализованные в финансовом плане и не те, кто ориентирован на семью. Примером для подражания являются люди, пропагандирующие курение, алкоголь, употребление ПАВ и нарушение закона. Все это преподносится, как «уличная романтика».

Психологические факторы – незрелость личностной идентификации, слабость или недостаточность способности к внутреннему диалогу, низкая переносимость психологических стрессов и ограниченность совладающего поведения, высокая потребность в изменении состояний сознания как средстве разрешения внутренних конфликтов, конституционально акцентуированные особенности личности.

Биологические – природа и «агрессивность» психоактивного вещества, индивидуальная толерантность, нарушение процессов детоксикации в организме, изменяющие системы мотиваций и контроля за течением заболевания.

В процессе перехода зависимого поведения в болезнь, вызываемую употреблением психоактивных веществ (алкоголь, наркотики и т.д.), Л.В. Грузд выделяет следующие стадии развития болезни.

Первая стадия характеризуется формированием и нарастающим углублением психической зависимости, при которой перерыв в употреблении приводит к психическому дискомфорту, угнетенности, тревоге, дисфории с внезапным обострением влечения к потребляемому веществу. В данный промежуток прослеживаются ослабление и угасание защитных рефлексов на передозировку, повышенная толерантность, социальная дезадаптация.

Вторая стадия характеризуется формированием физической зависимости при употреблении одних веществ (алкоголь, опиаты, некоторые стимуляторы) и углублением психической зависимости при употреблении других (кокаин, марихуана). В тех случаях, если физическая зависимость никак не создается, главным признаком этой стадии становится постоянная интоксикация с психическими и физическими нарушениями. Черты хронической интоксикации зависят от типа употребляемых веществ. Эта стадия редко встречается среди студентов вуза.

Переход к третьей стадии (снижение толерантности, выраженный органический дефект личности с чертами специфического для того или другого вида психоактивных веществ слабоумия, закономерно возникающие абстинентные психозы, глубокая социальная деградация) происходит, как правило, уже в юношеском возрасте, но такие молодые люди, как правило, до вуза не доходят [15].

Студенты могут стать заложниками фармакологической зависимости. Не справляясь с учебным ритмом, многие молодые люди прибегают к помощи медикаментов. Но не все медикаментозное вмешательство проходит бесследно. Из-за лекарств, позволяющих дольше бодрствовать, нарушается биологический ритм, появляется нервозность, быстро возникает привыкание. Многие студенты, не справляясь со стрессом, начинают принимать антидепрессанты. Что причиняет большой вред их здоровью. К сожалению, родители и

преподаватели поздно замечают, что их взрослые дети злоупотребляет лекарственными препаратами. Сами же студенты и вовсе не замечают этого.

Вскоре такие студенты становятся менее усидчивыми, апатичными, нервными, раздражительными.

Зависимость от интернета напротив, возникает, как компенсация не складывающихся отношений со сверстниками. Такие студенты все перемены проводят, исследуя просторы интернета в своих ноутбуках, телефонах и других специализированных для этого гаджетах. У них нет друзей. Часто друзей им замещают совершенно незнакомые люди, поддерживающие с ними связь через социальные сети. Такие студенты замкнуты, а интернет-зависимость усугубляет эту проблему. Им тяжело дается коллективная работа. Выполняя ее, они либо исполняют указания сверстников, либо отказываются что-либо делать, оставаясь не включенными в работу.

Такие учащиеся все цело поглощены виртуальным миром. Реальный мир в свою очередь становится для них чужим и никак не увлекает.

Еще одна зависимость, которая, по мнению Ц.П. Короленко, активно пробивается в массы – это телевизионная зависимость.

Телеманы – это люди, которые всеми силами стремятся достичь душевного комфорта, категорически не желая прилагать для этого каких-либо усилий. Скрытый невроз тоже способствует развитию болезненного привыкания к экрану: человеку не столь важно содержание просмотренного, важен сам процесс смены картинки и щелканья пультом – изображение является лишь фоном, который помогает смотрящему частично снять напряжение и успокоиться. Дабы избавиться от чувства одиночества хотя бы на время и избавиться от негативных мыслей, они окунаются в мир, транслируемый через экран. Некоторые студенты, желая разнообразить свою «скучную» жизнь, вместо того, чтоб искать ресурсы для этого в реальном мире, просматривают фильмы о той жизни, о которой грезят. Своего рода процесс замещения [31].

Частой темой для разговоров являются сериалы. Студенты могут с легкостью пренебречь парочкой университетских заданий ради просмотра очередной серии любимого сериала. Они способны отложить любое свое занятие и вместо этого устроиться перед телевизором. Но пренебрегают они не только заданиями, но и здоровым сном. В итоге на пару студент приходит уставшим, не выспавшимся. Ему сложно настроиться на рабочий лад, внимание рассеяно. Единственное, о чем он думает, так только о том, чтобы поскорее лечь спать.

Предоставленные самим себе, фактически одинокие, вдалеке от дома, не имеющие рядом близких людей, в лице телевизора они порой находят единственного друга.

Нехимические аддикции также включают в себя игровую зависимость, когда молодые люди не представляют свою жизнь без азартных развлечений. Т.Н. Дудко отмечает, что студенты, как и подростки, ищут быстрый и легкий заработок. На это и делают упор в своей рекламе казино, игровые автоматы и тотализаторы. В интернете существуют специальные покерные турниры, казино. Студенты, желая самореализоваться в финансовом плане ищут легкий заработок [26].

Еще одна зависимость приобретает всю большую популярность – зависимость от здорового образа жизни. Следует помнить, что чрезмерное увлечение спортом легко может поменять направленность и форму, в результате чего перейдет в другой тип, даже в химический. Поэтому существует достаточно высокий процент наркомании, алкоголизма и лекарственной зависимости среди бывших спортсменов.

Один из видимых и очевидных отличительных черт трудоголизма – компульсивное стремление к одобрению и успеху. Зависимые обучающиеся вуза ощущают огромный страх потерпеть неудачу, оказаться хотя бы несколько похуже других или быть замеченным в некомпетентности и ленности. Такие люди ведут себя довольно отстраненно с друзьями и семьей. Трудоголики



живут исключительно в системе личных переживаний с непосредственной фиксацией на работе.

По мнению Н.В. Бондаренко, Территориальная изоляция от своих близких и трудности в адаптации к новым жизненным условиям, могут поспособствовать возникновению религиозной зависимости. Некоторые молодые люди настолько сложно переживают отъезд из дома, что, желая обрести душевный комфорт, попадают под влияние религиозной зависимости. Такие студенты остро реагируют на атеистические высказывания. Они замкнуты, отгорожены от социума [9].

В период ранней взрослости появляется желание самоутверждения в социуме, однако сил для этого не хватает, вследствие этого нужна поддержка покровителей, которые заведомо сильнее и более эрудированные, чем сам человек. Достаточно показать результативность поведения в кризисных ситуациях на своем примере, с целью стать кумиром юного индивидуума. В период ранней взрослости весьма велика мотивация к формированию образа «Я» через отрицание отвергаемых моделей поведения. Самоопределение и самоутверждение осуществляется через контрастные и резкие разграничения собственной идентичности с наблюдаемыми вовне примерами судеб и моделей жизни. Непосредственно на этом строится психополитика индоктринации, ориентирующаяся на рекомендации незрелому индивидууму ролевых моделей, заранее отличающихся от общепринятых.

По мнению А.А. Шаповаленко, личностная зрелость выражается в адекватном восприятии того образа жизни, который не созревшему индивидууму видится как формальный, банальный, пыльный (то есть отживший), скучный и серый, отыгравший, исчерпавший себя, неперспективный, безжизненный.

Одними из более известных основных предпосылок попадания молодежи в паутину тоталитарных сект являются:

- психологические кризисы подросткового переходного периода;

- отсутствие страха и чувство страха перед трудностями современной жизни;
- отсутствие определенности в завтрашнем дне;
- наличие комплексов и вытекающие из этого проблемы в общении с окружающими;
- отсутствие духовного воспитания и недостаточная степень гуманитарного образования;
- происхождение из так называемых «неблагополучных» семей. Это дети и подростки из семей с гиперопекой, из неполных семей. Также это лица из асоциальных семей. Также это дети, внуки и родственники сектантов [61].

Неблагоприятная ситуация в семье, порождающая острую неудовлетворенность своим существованием, что особенно присуще для детей подросткового и юношеского возраста, оказывается значимой в период студенчества.

П. Бут, П. Вандерхайден, Ц.П. Короленко [31], Н.В. Бондарев [9] и др. предлагают перечень симптомов религиозной аддикции:

- неспособность думать, сомневаться и задавать вопросы по поводу религиозной информации;
- черно-белое мышление;
- вера, основанная на стыде;
- магическая убежденность, что Бог все сделает для тебя без твоего активного участия;
- ригидное навязчивое следование правилам и предписаниям;
- бескомпромиссные суждения: готовность всюду (особенно за пределами данной религиозной формации) находить недостатки и зло;
- компульсивные или навязчивые стремления к религиозным ритуалам;
- нереалистические финансовые пожертвования;
- конфликт и споры с наукой, медициной и образованием;

- прогрессирующий отказ от реальной работы, изоляция, разрыв прежних отношений;
- манипулирование цитатами или текстами, ощущение избранности, заявления о личных посланиях от Бога;
- трансоподобное состояние, счастливое (или суперодухотворенное) выражение лица;
- ощущение правоты и превосходство над всем остальным человечеством;
- разочарование, сомнения, психический, физический и эмоциональный кризис, боязнь призвать на помощь (из страха быть разоблаченным в «недуховности»).

Причины любовной зависимости часто берут свои истоки в детском возрасте. Основной предпосылкой для развития любовной зависимости является травматический опыт детско-родительских отношений, в результате которого у детей формируется некая субличность, так называемое, травматическое «Я». Способствуют любовной зависимости опыт негативных переживаний контакта с кем-то из родителей, либо персон заменяющих родителей, который содержит в себе негативное представление о себе, негативное представление о мире, который нас окружает и негативное представление об объекте, с которым происходит контакт. Родители переносят на детей свой негативный опыт, формируя у них неправильные установки о будущих отношениях. Мать может жаловаться дочери на измены мужа, не осознавая, что та, когда подрастет, будет уверена, что факт мужской измены неизбежен.

По мнению С. Пил, любовной зависимости подвержены юноши с низкой самооценкой, не принятием собственной личности. Они все свое внимание, мысли, и свободное время уделяют тому, на кого направлена аддикция. Они каждую свободную минуту стараются уделить, по их мнению, любимому человеку [45].

Внимание таких студентов сложно привлечь. Их может сильно вывести из равновесия любое негативное сообщение от партнера. Они становятся не в

состоянии успокоиться и думать об учебе. Часто их круг общения очень мал. Они редко посещают внеучебные мероприятия.

Разрыв связи с предметом зависимости может вызвать неадекватные реакции и действия. Студенты могут впасть в депрессию, отказываться от приема пищи. Они могут любыми способами искать контакта с предметом зависимости, например, звонить, писать сообщения, караулить их у дома. Зависимые люди могут угрожать причинить себе вред, если ситуация не станет прежней. Им безразличны мысли, чувства и желания партнера, желающего порвать данную связь.

Для молодых людей с пищевой зависимостью еда помогает справиться с возникающим волнением, тревогой, она помогает снять стресс.

Существует два вида пищевой зависимости – булимия (переедание) и анорексия (полный отказ от пищи).

С помощью еды студенты будто бы решают свои проблемы – неприятности в учебе, в семье, в общении с людьми. Они, «заедая» свои проблемы, концентрируют внимание на вкусовых ощущениях, и у них действительно улучшается настроение, а негативные эмоции исчезают.

В период поедания пищи, они успокаиваются и забывают про волнующие его проблемы. Таким образом, пища выступает как самый доступный антидепрессант. Однако если еда помогает на время отвлечься от проблем, они никуда не исчезают и их все равно придется решать.

Бывает, что случается наоборот – зависимость от еды возникает не от присутствия проблем, а от их отсутствия. В тот или иной момент может показаться, что жизнь скучна или иногда, как говорят люди, «уныние атакует», а может быть, людям не хватает ярких эмоций, или они просто страдают от безделья. Во всех этих случаях их станет «ждать» холодильник.

Весь этот процесс ведет к еще большим проблемам, влияющим на студентов и их самооценку: ожирение, отсутствие самоконтроля, нарушение обмена веществ, депрессия.

По мнению Р.В. Мизирене, пищевая зависимость относится к эмоциональному кругу и отличается от любой другой только одним – мы можем всю жизнь прожить без табака, наркотиков, алкоголя, азартных игр. Даже без близких отношений можно попробовать – чтобы избежать любовной зависимости. Но без еды прожить нельзя. В ней нуждается каждый человек. И вот тут-то и основная трудность.

Весьма трудно установить момент, когда пересекается грань между простым получением удовольствия и пищевой зависимостью. Это трудно совершить из-за того, что большинство людей не желают признавать того, что у них существуют определенные проблемы. Даже если они понимают, что потребляют слишком много пищи, они думают, что могут остановиться в любой период времени и сбросить лишний вес в кратчайшие сроки.

Зачастую сами молодые люди не обращают внимания, что их желание сбросить вес или наоборот частые «стрессовые» перекусы носят уже далеко не безобидный характер. Что приводит уже к той стадии, когда наносится вред здоровью [35].

И.Б. Олехнович отмечает, что стоит еще обратить внимание на влияние, которое оказывают средства массовой информации на сознание людей, на формирование склонности к зависимостям. Уже в детском возрасте помимо мультиков, мы начинаем смотреть взрослые фильмы. Уже в начальной школе мы начинаем подражать любимым персонажам, поверхностно задумываясь над тем правильно ли их поведение. В подростковом возрасте примером для подражания становятся музыканты. Их вредные привычки транслируются по телевидению. Более того, многие музыканты в своих песнях пропагандируют алкоголь, наркотики, беспорядочные половые связи и любовную зависимость [43].

Таким образом, можно сделать вывод о том, что студентам вузов, склонным к зависимости, присущи специфические личностные детерминанты социального поведения, такие как неустойчивое эмоциональное состояние, тревожность, зависимость от мнения социума и высокая зависимость от

объекта зависимости, что служит одной из психологических причин формирования зависимого поведения. У них проявляются сложности с самоконтролем, им труднее преодолевать жизненные преграды.

У студентов с высокой склонностью к зависимости является деформированной структура ценностных ориентаций, что выражается в несоответствии ценностей, отражающих их представления о том, как стоит поступать (уровень нормативных идеалов) и ценностей, определяющих то поведение, которое они обычно демонстрируют (уровень индивидуальных приоритетов), а также снижена значимость таких ценностей, как безопасность, достижение, самостоятельность, универсализм, добросердечность и конформность. В деятельности снижается оптимистическая, познавательная, трудовая и альтруистическая мотивации при повышении мотивации к рисковому поведению.

С возрастанием склонности к зависимости значительно снижается учебная мотивация. Оценка своих профессиональных знаний и умений утрачивает адекватность. У студентов с высокой склонностью к зависимости от наркотических веществ недостаточно сформированы социальные и профессиональные компетенции.

### **1.3. Особенности развития и психологическая структура ответственности студентов, склонных к зависимости**

На сегодняшний день в психологии уделяется большое внимание проблемам отклоняющегося поведения студентов вуза. Недовольство реальной жизнью и стремление уйти от нее считается одной из сложнейших проблем человеческого бытия. Однако формы и методы ухода чрезвычайно разнообразны и зачастую носят патологический характер. Одной из таких форм является зависимое поведение, когда жизнь студентов, их состояние и

поведение начинают жестко зависеть от различных факторов (наркотиков, алкоголя, еды, работы, секса, азартных и компьютерных игр и др.)

Первостепенная задача, стоящая перед вузом это воспитание у юношей и девушек ответственной социальной позиции. Именно социальная ответственность является главным критерием зрелости личности, и личностью в полном смысле слова может считаться только общественно ответственный субъект.

Данная задача сопряжена с реально существующими социальными проблемами, связанными с отсутствием ценностных ориентаций.

Духовные ценности нации складываются из духовных ценностей личности. К сожалению, большинство современной молодёжи ориентировано гедонистически – на обретение максимального количества благ в этой жизни. Получение капитала любой ценой стало для большинства растущих людей определяющим мотивом их деятельности.

Проявление гедонистической направленности, по мнению И.Ю. Борисова, многообразны и могут приводить к развитию наркомании, токсикомании, алкоголизму, патологическому пристрастию к развлекательным теле – и видеопрограммам.

Любое поведение, характеризующееся признаками зависимости, имеет не внешнее, а внутреннее происхождение. Студенты становятся зависимыми от чего-либо или кого-либо не в силу давления или принуждения из вне, а благодаря готовности повиноваться, чтобы ими руководили и вели по жизни [10].

Возлагая ответственность на окружающих, таким образом они снимают ответственность с себя. Склонные к зависимости любыми способами старается избежать принятия ответственности за свои действия. Следует отметить, что окружающие часто сами способствуют тому, чтоб склонные к зависимости на себя ответственность, за совершаемые ими действия. Виноватыми оказываются родители, которые не досмотрели, плохая компания. Таким образом, окружающие снимают ответственность с зависимых, перекладывая ее на

других. К сожалению, специалисты и родители редко являются авторитетными людьми в глазах лиц с химической зависимостью. Чаще всего к другим людям, в том числе и специалистам, формируется недоверие, а отношения с родителями носят характер манипуляции. Родители рассматриваются только лишь как источник получения финансовой поддержки.

Л.В. Грузд отмечает, что следует признать, что внешние факторы играют определенную роль в формировании зависимого поведения, но они являются условиями, а не причинами формирования зависимости [15].

Студенты, склонные к зависимости, не стремятся к самосовершенствованию. Их средства и пути достижения цели однотипны. Действия при достижении цели чаще всего носят непоследовательный характер: они могут говорить одно, а делать совсем другое. От них часто можно услышать сотни обещаний исправиться, но при этом все эти обещания совершенно пусты. Такие студенты не желают брать ответственность за свое выздоровление. На вопросы о том, почему они не обратились к специалисту, находится тысячу оправданий.

Укорительные беседы по поводу пагубной зависимости могут принести вред, нежели пользу. Терзаемый чувством вины юноша, может «наказать» себя употреблением большей дозы наркотических веществ или алкоголя. В этом случае алкоголь или наркотики стоит рассматривать, как латентный суицид. Скрытый, или непрямой, суицид — это завуалированное самоубийство, при котором под влиянием осознаваемых и неосознаваемых страхов смерти человек находит эту смерть через саморазрушительное поведение или погибает от внешних сил, по большей части им же спровоцированных.

Часто, находясь под алкогольным или наркотическим опьянением, мучаемые чувством вины и мыслями о собственной никчемности, молодые люди могут совершить реальную попытку суицида. Не находя другого способа, именно в суициде они видят искупление своей вины перед близкими им людьми. Такие мысли закрадываются в моменты, когда алкоголь или наркотики употребляются в одиночку.



Ведя двойную жизнь, зависимая личность стремится скрыть факт ее существования. Стремление говорить ложь, обманывать окружающих, а также обвинять других в своих собственных ошибках и промахах вытекают из структуры зависимой личности, которая пытается скрыть от окружающих собственный «комплекс неполноценности», обусловленный неумением существовать в соответствии с устоями и общепринятыми нормами - указывает в своей работе Н.В. Вострокнутов. Из-за плохой переносимости проблем повседневной жизни, постоянных упреков в неприспособленности и отсутствии жизнелюбия со стороны близких и окружающих у зависимых личностей формируется скрытый «комплекс неполноценности», гиперкомпенсаторная реакция. От заниженной самооценки под влиянием внешней оценки окружающих, индивиды переходят сразу к завышенной, минуя адекватную. Появление чувства превосходства над окружающими выполняет защитную психологическую функцию, способствует поддержанию самоуважения в неблагоприятных условиях конфронтации личности с семьей или коллективом [13].

Любая из известных зависимостей, будь то тяжелая наркомания либо патологическая ревность, оказывается неодолимой преградой на пути человека к полноте самореализации, в просторечье именуемой счастьем. Каждый наш поступок, наше действие – это выбор который мы делаем сами. Каждый студент сам принимает решение, стремиться ли ему к личностному росту, благополучию, профессионализму, взяв ответственность за свою жизнь, либо перекладывать вину за свои беды на окружающих. Конечно, гораздо проще жить, не неся ответственность за свои поступки.

Л.И. Дементий отмечает, что здоровая личность, стремящаяся к самосовершенствованию возлагает ответственность за свою жизнь лишь на себя. Студенты, признающие, что сами виноваты в собственных ошибках, стремятся их исправлять. Полученный опыт позволяет им в будущем избегать повторения прошлых ошибок.

Обществу зависимости его членов обходятся существенно дороже, чем самые смертельные эпидемии и стихийные бедствия. Согласно данным медицинской статистики, зависимости убивают намного больше людей, чем все войны и преступники. Они крадут у людей время полноценной жизни и энергию здоровья, мешают развиваться, препятствуют осуществлению заветных желаний [18].

По мнению В.Д. Москаленко, зависимое поведение неизбежно приводит к тому, что объект зависимости становится целью существования, а употребление – образом жизни. Все остальное – прежние моральные ценности, интересы, отношения – перестает быть значимыми. Желание «слиться» с объектом о такой степени преобладает, что индивид способен преодолеть любые преграды на пути к нему, проявляя незаурядную изобретательность и упорство. Не удивительно, что ложь становится неизменным спутником зависимого поведения. Критичность к себе и к своему поведению существенно снижается, усиливается защитно-агрессивное поведение, нарастают признаки социальной дезадаптации [37].

По мнению В.И. Корченова, одним из самых негативным проявлением аддиктивной установки является анозогнозия – отрицание болезни или ее тяжести. Нежелание аддикта признавать свою зависимость осложняет его взаимоотношения с окружающими, и существенно затрудняют оказание помощи, а в ряде случаев делает зависимость непреодолимой [32].

Таким образом, зависимое поведение – это аутодеструктивное поведение, связанное с зависимостью от употребления какого-либо вещества (или от специфической активности) в целях изменения психического состояния. Субъективно оно переживается, как невозможность жить без объекта зависимости, как непреодолимое влечение к нему. Это поведение носит выраженный аутодеструктивный характер, поскольку неизбежно разрушает организм и личность.

Некоторые студенты используют свою зависимость, как способ уйти от ответственности. Родители, чувствуя свою вину за происходящее с их детьми,

жалуют его и оправдывают многие его поступки. Обвиняя во всем объекта зависимости, они забывают, что в первую очередь внимание надо обратить на самих молодых людей, которые не желают брать ответственность за собственные действия.

Чтобы уйти от принятия на себя ответственности, студенты могут внушать себе аддиктивные установки. Они выражаются в появлении сверхценного эмоционального отношения к объекту зависимости. Например, приобретение сигарет становится первостепенной задачей. Между покупкой еды и покупкой алкоголя или сигарет, выбор падает на алкоголь или сигареты. Мысли и разговоры об объекте начинают преобладать. Усиливается механизм рационализации – интеллектуального оправдания зависимости («все курят», «без алкоголя нельзя снять стресс», «кто пьет, того болезни не берут»). При этом формируется так называемое логическое мышление (в виде фантазий о собственном могуществе и всемогуществе наркотиков) и «мышления по желанию», вследствие чего снижается критичность к негативным последствиям зависимого поведения и аддиктивному окружению («все нормально»; «я могу себя контролировать»; «все наркоманы – хорошие люди»). Такие молодые люди начинают считать, что они на порядок «выше» сверстников, так как пошел против воли родителей, против их установок на тему вредных привычек.

Подкреплением безответственного поведения зависимого может служить социальная обстановка вокруг него. Окружающие, в том числе родители, могут подкреплять в юноше безответственное поведение. Вместо того, чтобы давать своему ребенку позитивные и правильные установки, они наоборот внушают ему установки, приводящие к деградации. Из уст окружающих можно услышать фразы, о том, что студент не способен принять на себя ответственность, что он способен вызывать только жалость, что он разрушил свою жизнь и т.д. Эти разговоры мотивируют лишь вновь уйти от реальности по средствам зависимости.

Склонность к употреблению алкоголя и наркотиков препятствует эффективной социализации, успешному личностно-профессиональному

становлению студентов, формированию востребованных обществом специалистов и успешных, достойных граждан. Поэтому учащимся еще в школе разъясняют разницу между поведением ответственного человека и поведением человека безответственного.

Между тем важнейшей задачей педагогов и преподавателей вуза является помощь юношам и девушкам в их личностном становлении, в определении смысла и направления своей жизни, своего места в обществе.

В психолого-педагогической литературе социальная ответственность трактуется как качество личности, которое определяет направленность всей её жизнедеятельности и является критерием её социальной зрелости.

Сущность социальной ответственности раскрывается посредством осознания человеком общепринятых норм поведения, с осознанием общественных целей и ценностей как лично значимых при осуществлении определённой линии поведения в соответствии с общественными нормами жизни.

Из этого следует, что формирование социальной ответственности осуществимо при условии развития каждого из трёх вышеназванных компонентов.

Р.С. Косолапов отмечает, что в отличие от ребенка, принимающего правила поведения на веру, молодые люди уже начинают осознавать их относительность. Простая ссылка на авторитеты его уже перестает удовлетворять. Более того, разрушение авторитетов становится психологической потребностью, предпосылкой морального и интеллектуального поиска. Пока своя система ценностей не сложилась, молодые люди легко поддаются моральному релятивизму: если все относительно, значит, все дозволено, все, что можно понять, можно оправдать. С другой стороны, именно в юности, осуществляется переход от конвенциональной морали (ориентированной на внешние нормы поведения) к автономной морали (ориентированной на внутреннюю, автономную систему принципов).

Студенчество – это пора, когда молодые люди упорно ищут свои собственные нормы и вырабатывают принципы. Находясь вдалеке от родительских запретов и правил, некоторые из них бунтуют против этих устоев. Но в поиске собственных норм и принципов, они совершенно игнорируют тот факт, что за последствие этих поисков нужно нести ответственность. Поиски своей индивидуальности могут приводить к бунтарскому поведению, целью которого служит безнаказанное получение желаемого [33].

В вузе проводится активные действия, направленные на профилактику и психокоррекцию зависимого поведения. Проводятся мероприятия, направленные на облегчения адаптации студентов, устранение коммуникативных барьеров в коллективе.

Таким образом, можно сделать вывод о том, что склонные к зависимости студенты перекладывают ответственность за собственные действия на окружающих. Они ищут все возможные оправдания своей зависимости и поддерживают оправдания, придуманные обществом. Это слабые личности, не способные взять ответственность за собственное благополучие. Такие молодые люди легко поддаются влиянию, мнение окружающих для них важнее собственного.

Именно развитие ответственности может быть одним из мощных факторов профилактики и психокоррекции склонности к зависимости студентов.

## **Глава II. ЭМПИРИЧЕСКОЕ ИССЛЕДОВАНИЕ ОСОБЕННОСТЕЙ ОТВЕТСТВЕННОСТИ У СКЛОННЫХ К ЗАВИСИМОСТИ СТУДЕНТОВ**

### **2.1. Организация и методы исследования**

Представим план исследования: описание этапов, выборки испытуемых, обоснование методов диагностики и способов обработки эмпирического материала.

Описание этапов исследования:

На первом этапе нами была определена актуальность и проблема исследования.

Актуальность нашего исследования определяется недостаточной разработанностью проблемы ответственности и ее развития у студентов вуза, особенно это касается склонных к зависимости студентов.

**Проблема исследования:** Каковы особенности ответственности у склонных к зависимости студентов в связи с возможностью профилактики и психокоррекции данной склонности?

На втором этапе был сформулирован методический аппарат: цель, задачи, предмет, объект, были выдвинуты гипотезы.

**Гипотеза.** Чем ниже у студентов вуза склонность к зависимости, тем более выражены такие типы ответственности, как «Самопожертвование», «Принципиальность»; тем менее развиты все типы ответственности. Психокоррекционная работа по развитию ответственности способствует снижению склонности к зависимости студентов, а именно телевизионной зависимости и зависимости от курения.

**Объект исследования:** ответственность как личностная черта студентов.

**Предмет исследования:** особенности ответственности у склонных к зависимости студентов.

**Цель исследования:** выявить особенности ответственности у студентов, склонных к различным видам зависимости, в связи с возможностью профилактики и психокоррекции данной склонности.

В соответствии с целью, объектом, предметом и гипотезой исследования определены следующие **задачи**:

1. Провести теоретический анализ теоретических основ проблемы развития ответственности у склонных к зависимости студентов.

2. Выявить особенности ответственности у склонных к зависимости студентов.

3. Разработать систему профилактической и психокоррекционной работы по развитию ответственности и, как следствие, снижению склонности к зависимости студентов вуза.

4. Выявить эффективность программы профилактики и психокоррекции у студентов вуза склонности к зависимости и развития у них ответственности.

На третьем этапе нами была определена выборка испытуемых, отвечающая задачам исследования. Общее количество студентов в выборке составляет 170 студентов 2, 3, 4 и 5 курсов факультета психологии и института управления (25 юношей, 145 девушек).

Четвертый этап состоял в выборе методов исследования:

1. Теоретические методы (анализ литературных источников);
2. Эмпирические методы (наблюдение, опрос в виде тестирования и беседы, формирующий эксперимент);
3. Методы количественной и качественной обработки данных;
4. Интерпретационные методы.

Для решения задач диагностики были использованы следующие методики:

1. Методика диагностики склонности к 13 видам зависимостей (Г.В. Лозовой).

Методика позволила определить склонность студентов к 13 видам зависимостей:

- Алкогольная зависимость.
- Интернет и компьютерная зависимость.
- Любовная зависимость.
- Наркотическая зависимость.
- Игровая зависимость.
- Никотиновая зависимость.
- Пищевая зависимость.
- Зависимость от межполовых отношений.
- Трудоголизм.
- Телевизионная зависимость.
- Религиозная зависимость.
- Зависимость от здорового образа жизни.
- Лекарственная зависимость.

Методика Г. В. Лозовой также позволила диагностировать общую склонность к зависимостям.

Методика состояла из 70 утверждений, ответы на которые оценивались по пятибалльной шкале. От 1- «Нет», до 5 «Да».

2. «Опросник ДУМЭОЛП» (диагностика уровня морально-этической ответственности личности)

Опросник состоит из 30 утверждений, ответы на которые оценивались по трем категориям: «Да», «Нет», «Не знаю». Опросник был направлен на диагностику уровня морально этической ответственности (низкий, средний, высокий).

3. Опросник диагностики личностного симптомокомплекса ответственности (ОДЛСО) и оценка его психометрических характеристик (И.А.Кочарян).

Состоит из 67 утверждений, на которые нужно было ответить согласием, либо не согласием. Позволил нам выявить один из пяти типологических вариантов ответственности: «принципиальность», «самоутверждение»,



«нормативность», «этичность» и «самопожертвование» а так же диагностировать уровень его выраженности у тестируемого.

Характеристика «принципиальной» личности. Такие люди считают, что большинство важных событий в жизни было результатом их собственных действий, что они могут ими управлять, и, следовательно, чувствуют свою собственную ответственность за эти события и за то, как складывается их жизнь в целом. Такая личность как бы сама для себя является законом. Личность, несущая в себе подобный тип ответственности, ответственна, потому что так нужно, правильно по её собственным принципам. При этом данная личность становится как бы заложником собственных убеждений, так как таковые нередко могут расходиться с моральными нормами и логикой здравого смысла. Люди с данным типом ответственности педантичны, принципиальны, склонны к накоплению негативных эмоций с последующей разрядкой в виде приступов ярости. Склонны к правдоискательству. Нечувствительны к мнению о себе, не склонны к рефлексии, спонтанны в проявлении чувств. Склонность к самопожертвованию у принципиальной личности может проявляться в стоическом образе жизни, такой человек отрекается от реализации своих потребностей, живет идеей, объясняя это заботой о детях, родителях, человечестве в целом и т.д.

Характеристика «самоутверждающейся» личности. Такие люди так же, как и «принципиальные» считают, что большинство важных событий в жизни было результатом их собственных действий. Данная личность стремится уйти от конфронтации с окружением, избегать избыточной ответственности и принятия сложных решений. Такие люди нуждаются в признании, испытывают потребность в самоутверждении. Они не любят проявлять инициативу, брать на себя ответственность, однако, порой, вынуждены взваливать на себя ответственность, выполнять обязательства, т.к. этот путь освободит от чувства вины и неприязни. Человек с подобным типом ответственности не свободен, так как корнем его поведения является потребность быть принятым родителями, а в последствии он ищет признания и окружающими. Он

ответственен для других, а не перед собой. Слабый самоконтроль и внутренняя напряженность подобных личностей приводят к тому, что их ответственность может сопровождаться недисциплинированностью и несоблюдением правил.

Характеристика «нормативной» личности. Люди с данным типом ответственности тревожны, склонны к самоанализу, пессимистичны. В основе структуры личности данной группы людей находится избыточно выраженное «Супер-Эго», доминирующее над другими личностными подструктурами. Поэтому они испытывают страх переступить через интроецированные запреты. Для них характерно стремление к поддержке установленных понятий, норм, принципов, традиций, сомнение в новых идеях, отрицание необходимости перемен. «Нормативная» личность по жизни склонна занимать пассивно-страдательную позицию, нуждается во внимании. Подобное стремление может выражаться, прежде всего, в завоевании общественного положения или должности, открывающих доступ к широкой аудитории. «Нормативная» ответственность – это соблюдение некоторых имплицитных паттернов и правил поведения, которые зачастую совпадают с социальными нормами, что может трактоваться как социально ответственное поведение.

Характеристика «этичной» личности. Человек, обладающий высоким уровнем выраженности «Этичности» как формы ответственности является высоко моральным. Такой человек ответственен всегда, к выполнению любой деятельности он подходит ответственно. Осознает значимость своих поступков не только для себя, но и для других людей. Такой человек ответственен не в ущерб своим интересам, а потому, что ему искренне хочется это делать. Его деятельность контролируется только его желаниями, соответствующими его представлениям об этике и морали.

Характеристика «самопожертвующей» личности. Поскольку «самопожертвующий» стремится доказать свою надежность и не хочет, чтобы его контролировали, он становится очень исполнительным и взваливает на себя массу работы. Склонен втягиваться в ситуации, в которых должен кем-то заниматься, кого-то опекать, кому-то помогать. Например, контролировать

одежду, внешность, опрятность своих детей и супруга, выступает посредником между двумя лицами, исполняя роль буфера в ссорах. При этом он не осознает, что, делая все для других, заставляет их чувствовать, что без него им не обойтись. Иногда специально заботится, чтобы другие члены семьи и друзья убедились, что смогут без него обойтись.

Пока «самопожертвующий» помогает и другим, он уверен, что ему нечего стыдиться, но очень часто потом испытывает унижение оттого, что его использовали. Он почти всегда считает, что его услуги не оценены по достоинству. При этом, когда «самопожертвующий» хочет сделать все для других, он на самом деле стремится создать себе как можно больше ограничений и обязанностей. Амбиции «самопожертвующего» реализуются в достижениях других - супруга, детей, начальника на работе, друзей и т.д. При этом свою роль в подобных успехах считает скромной и мало значимой.

Пятый этап – проведение диагностического исследования студентов. Исследование проводилось в группе.

На шестом этапе была проведена обработка первичных данных. Нами были определены количественные показатели связи выраженности склонности к зависимости студентов и специфики ответственности у студентов, проведен статистический и корреляционный анализ данных. Также был осуществлен качественный анализ данных взаимовлияния ответственности и склонности к зависимости студентов.

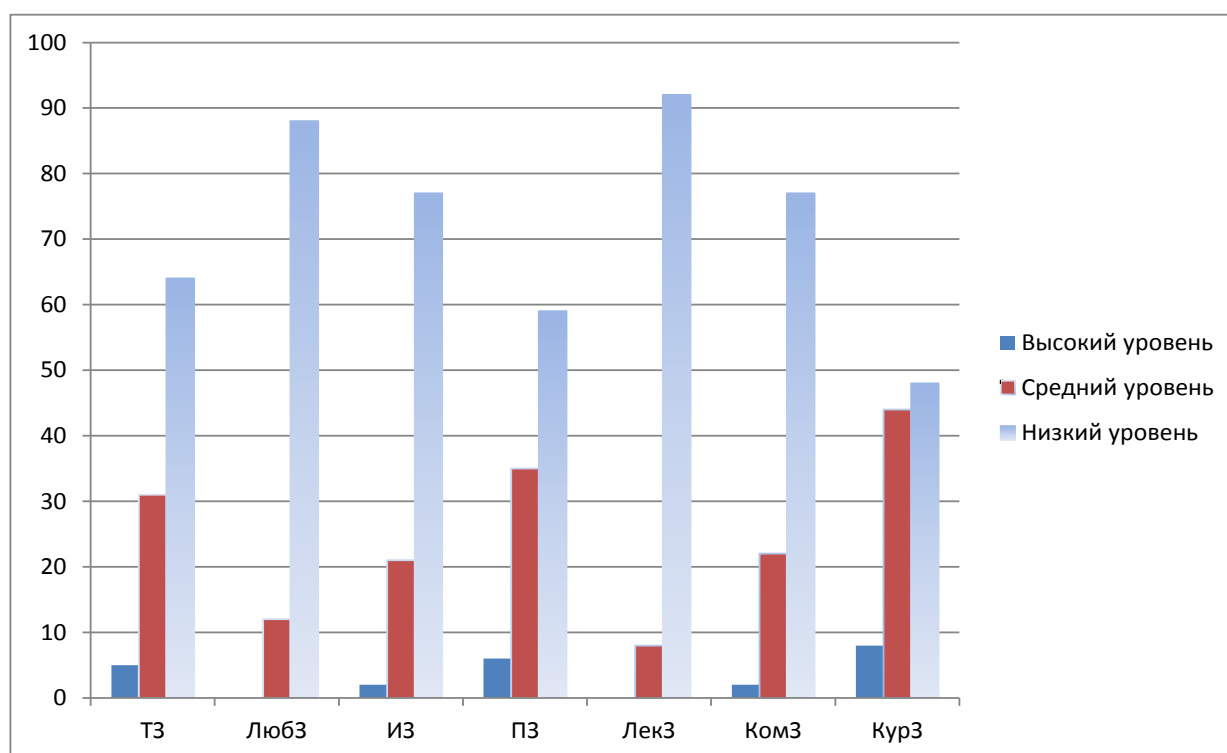
На седьмом этапе была разработана и осуществлена психокоррекционная работа по развитию ответственности, а также профилактическая работа, направленная на снижение склонности к зависимости студентов.

На восьмом этапе был проведен повторный замер по «Опроснику ДУМЭОЛП» (диагностика уровня морально-этической ответственности личности и опроснику диагностики личностного симптомокомплекса ответственности (ОДЛСО) и оценка его психометрических характеристик (И.А.Кочарян). Осуществлен анализ полученных результатов возможности

развития ответственности у склонных к зависимости студентов и эффективности разработанной психокоррекционной программы.

## 2.2. Анализ результатов эмпирического исследования особенностей ответственности у склонных к зависимости студентов

После диагностического сбора данных об испытуемых была проведена первичная обработка данных, в ходе которой были выявлены количественные показатели распределения по студенческим группам склонности к зависимости, а также специфичные для них показатели по типам ответственности.



*Условные обозначения:*

*ТЗ - телевизионная зависимое поведение; ЛюбЗ – любовная зависимое поведение; ИЗ – игровая зависимое поведение; ПЗ – пищевая зависимое поведение; ЛекЗ – лекарственная зависимое поведение; КомЗ – компьютерная зависимое поведение; КурЗ – зависимое поведение от курения*

Рис. 2.1. Выраженность склонности студентов к различным видам зависимости (в %)

Полученные данные по результатам изучения склонности к 13 видам зависимости показали следующие результаты: склонность к телевизионной

зависимости обнаружена у 36% студентов. Многие студенты, желая разнообразить свою «скучную» жизнь, вместо того, чтоб искать ресурсы для этого в реальном мире, просматривают фильмы о той жизни, о которой грезят. Своего рода включается процесс замещения. Дабы избавиться от чувства одиночества хотя бы на время и избавиться от негативных мыслей, они окунаются в мир, транслируемый через экран. Скрытый невроз тоже способствует развитию болезненного привыкания к экрану: человеку не столь важно содержание просмотренного, важен сам процесс смены картинки и щелканья пультом - изображение является лишь фоном, который помогает смотрящему частично снять напряжение и успокоиться.

Частой темой для разговоров для данной группы студентов со склонностью к телевизионной зависимости являются сериалы. Они могут с легкостью пренебречь парочкой университетских заданий ради просмотра очередной серии полюбившегося сериала. Они способны отложить любое свое занятие и вместо этого устроиться перед телевизором. Пренебрегают они не только заданиями, но и здоровым сном.

Склонность к зависимости от любви обнаружена у 12% опрошенных студентов. Любовной зависимости подвержены студенты с низкой самооценкой, не принятием собственной личности. Они все свое внимание, мысли, и свободное время уделяют тому, на кого направлена аддикция. Они каждую свободную минуту стараются уделить, по их мнению, любимому человеку.

Внимание таких студентов сложно привлечь. Их может сильно вывести из равновесия любое негативное сообщение от партнера. Они становятся не в состоянии успокоиться и думать об учебе. Часто их круг общения очень мал. Они редко посещают внеучебные мероприятия.

У 21% студентов диагностирован средний уровень склонность к зависимости, а у 2% - высокий показатель игровой и компьютерной зависимости. Такие студенты все перемены проводят, исследуя просторы интернета в своих ноутбуках, телефонах и других специализированных для

этого гаджитах. У них нет друзей. Часто друзей им замещают совершенно незнакомые люди, поддерживающие с ними связь через социальные сети. Такие студенты замкнуты, а интернет-зависимость усугубляет эту проблему.

Склонность к пищевой зависимости выявлена у 6% студентов на высоком уровне и у 35% - на среднем уровне. Для людей с пищевой зависимостью еда помогает справиться с возникающим волнением, тревогой, она помогает снять стресс. В период поедания пищи, индивид успокаивается и забывает про волнующие его проблемы. Таким образом, пища выступает как самый доступный антидепрессант. Однако если еда помогает на время отвлечься от проблем, они никуда не исчезают и их все равно придется решать. Бывает, что случается наоборот – зависимость от еды возникает не от присутствия проблем, а от их отсутствия.

Склонность к лекарственной зависимости диагностирована у 8% респондентов. Такие студенты при первом же физическом или психологическом дискомфорте стараются принять медикаменты. Таким образом, они стараются себя «обезопасить».

И самые высокие показатели склонности к зависимости обнаружены по шкале «табачное зависимое поведение». Склонность к курению диагностирована у 52% опрошенных студентов. Желание обзавестись друзьями часто настолько велико, что студенты с радостью принимают, выполняют просьбу сходить покурить. Со временем, глядя на сверстников, они начинают принимать устои принимающей его социальной группы.

Склонность к алкогольному, сексуальному, религиозному, трудовому поведению и склонность к зависимому поведению от здорового образа жизни в нашей выборке не были выявлены.

Таким образом, для проверки гипотезы на первом этапе исследования были выделены три группы испытуемых: с высоким (показатель по шкале «общая склонность к зависимостям» 19-25 стандартных значений), средним (показатель по шкале «общая склонность к зависимостям» от 12 до 18 стандартных значений) и низким (показатель по шкале «общая склонность к

зависимостям» 5-11 стандартных значений) уровнем склонности к зависимости. Выборку испытуемых с высокими и средними показателями этой шкалы – 50 студентов (30%). Это группа №1 назовем ее «студенты со склонностью к зависимости». С низкими показателями склонности к зависимости оказалось 120 студентов (70% от общей численности выборки). Это группа №2 назовем ее «Студенты без склонности к зависимости».

Более детальный анализ позволил нам оценить содержательные характеристики студентов исследуемых групп. Результаты представим в виде таблицы 2.1.

Таблица 2.1

Выраженность различных видов склонности к зависимости  
(средние значения, в баллах)

№ п\п	Виды зависимостей	Группы студентов			Достоверность различий
		1 группа	2 группа	3 группа	
1.	Алкогольная	-	-	6	-
2.	Телевизионная	22	15	5	p1/2 (U=397, p≤0,05) p1/3 (U=636, p≤0,05) p 2/3 (U=423, p≤0,05)
3.	Любовная	-	14	7	P2/3 (U=463, p≤0,05)
4.	Игровая	21	16	8	p1/2 (U=397, p≤0,05) p1/3 (U=636, p≤0,05) p 2/3 (U=423, p≤0,05)
5.	От межполовых отношений	-	-	8	-
6.	Пищевая	24	13	6	p1/3 (U=463, p≤0,05) p 2/3 (U=284, p≤0,05)
7.	Религиозная	-	-	5	-
8.	Трудовая	-	-	6	-
9.	Лекарственная	-	17	7	P2/3 (U=463, p≤0,05)
10.	Компьютерная	21	16	8	p1/2 (U=397, p≤0,05) p1/3 (U=636, p≤0,05) p 2/3 (U=423, p≤0,05)
11.	От курения	23	15	6	p1/3 (U=636, p≤0,05) p 2/3 (U=423, p≤0,05)
12.	От здорового образа жизни	-	-	7	-
13.	Наркотическая	-	-	6	-

Исходя из данных таблицы 2.2, обнаружены статистически значимые различия (при p≤0,05) среди студентов обследуемых групп по шкалам «Телевизионная зависимое поведение», «Любовная зависимое поведение»,

«Игровая зависимое поведение», «Пищевая зависимое поведение», «Лекарственная зависимое поведение», «Компьютерная зависимое поведение» и «Зависимое поведение от курения».

Склонность к данным видам зависимости объясняется тем, что студенты сложно проходят адаптацию, сталкиваясь с коммуникативными барьерами, и сложностями в принятии вузовских правил.

Следовательно, для продолжения исследования и подтверждения выдвинутой гипотезы, была организована работа с каждой группой студентов.

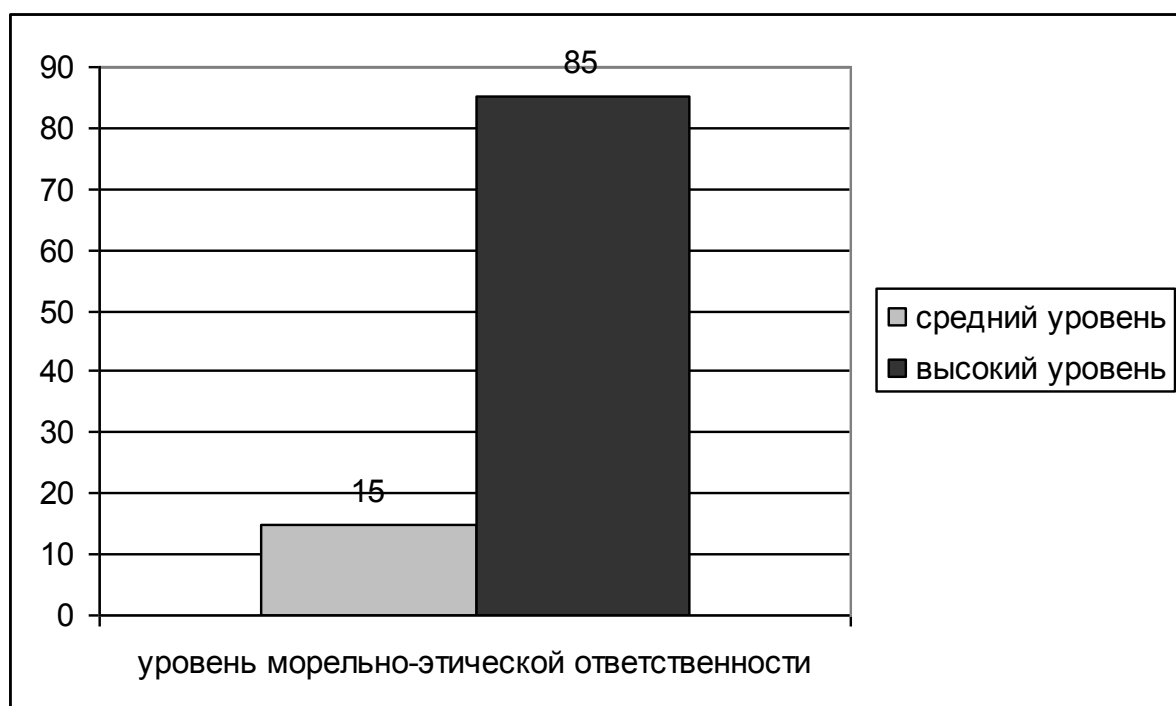


Рис. 2.2. Распределение студентов по уровню морально-этической ответственности в группе студентов с низкой склонностью к зависимости (в %)

Проанализируем результаты изучения уровня морально-этической ответственности у студентов в группах с разным уровнем склонности к зависимости (студентов с выявленной склонностью к зависимости объединим в одну группу, т.к. у них не было обнаружено статистически значимых различий в результатах методики).

Из группы студентов с низкой склонностью к зависимости 15% имеют средний уровень морально этической ответственности. Высокий уровень морально-этической ответственности имеют 85% студентов данной группы.



Таким образом, студенты в группе с низкой склонностью к зависимости, имеют сформированное чувство социальной ответственности, высокий уровень самопонимания, а также низкий уровень социальной желательности.

Такие студенты возлагают на себя ответственность за свою собственную жизнь, у них сформированы приоритеты и цели.

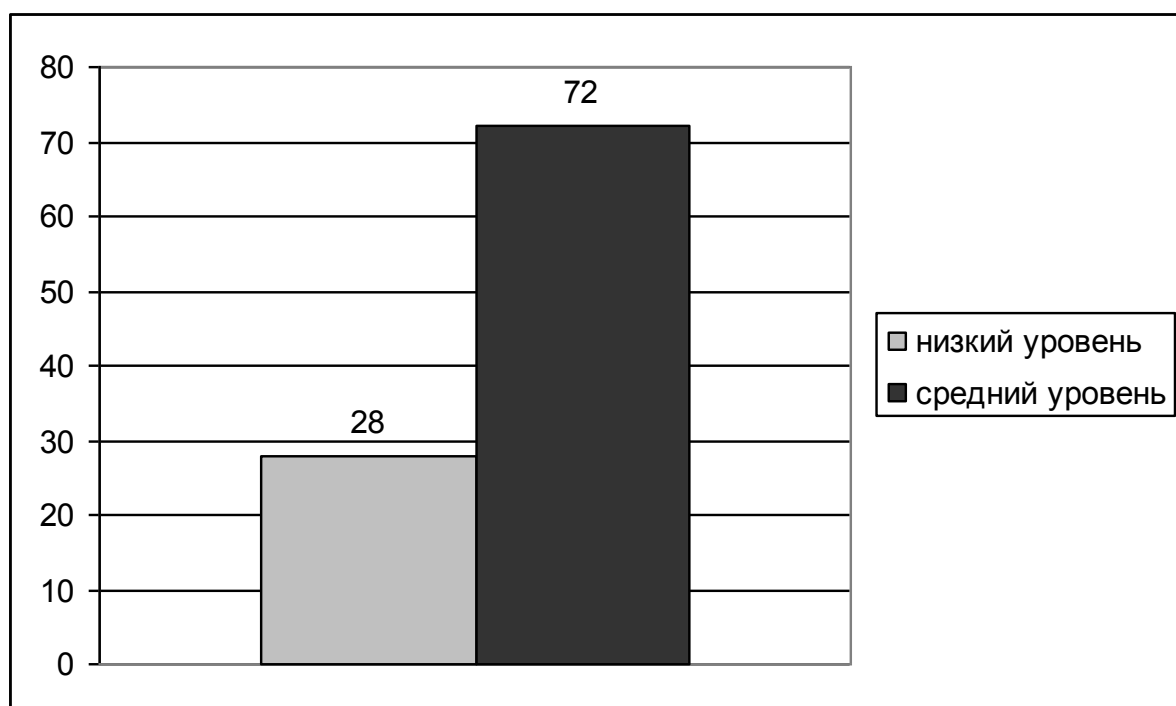


Рис. 2.3. Распределение студентов по уровню морально-этической ответственности в группе студентов с высокой и средней склонностью к зависимости (в %)

Исходя из результатов, представленных на рисунке 2.3, можно утверждать, что 28% обследуемых данной группы имеют низкий уровень морально-этической ответственности. Средний уровень морально-этической ответственности имеют 72% опрошенных студентов.

Студенты в группе с высокой и средней склонностью к зависимости, стараются избегать социальной ответственности, у них низкий уровень самопонимания, а также высокий уровень социальной желательности.

Такие студенты избегают принятия важных решений, доверяя это другим людям, таким образом, избегая ответственности за последствия. У них отсутствуют четко сформированные собственные нормы и устои.

Таким образом, данные изучения уровня морально-этической ответственности свидетельствуют о наличии статистически значимых различий в группах испытуемых со склонностью к зависимому поведению и отсутствием таковой. По шкале «уровень морально-этической ответственности» у респондентов с низкой склонностью к зависимости обнаруживаются высокие показатели 17 баллов (на уровне статистической значимости  $t_{Эмп} = 27.7$ ), по сравнению с группой студентов у которых выявлена склонность к зависимости.

Анализ результатов изучения личностного симптомокомплекса ответственности и оценка его психометрических характеристик так же не выявил статистически значимых различий в группах студентов с высокой и средней степенью склонности к зависимости, но позволил обнаружить различия между студентами с наличием и отсутствием склонности к зависимости.

Результаты представим в виде таблицы

Таблица 2.2

Выраженность типов ответственности в группах студентов с разными показателями склонности к зависимости (средние значения, в баллах)

№ п\п	Показатели типов ответственности	Группы студентов		Достоверность различий
		1 группа Со склонностью к зависимости	2 группа Без склонности к зависимости	
1.	Принципиальность	6	7	-
2.	Самоутверждение	4	9	$p \leq 0,05$
3.	Нормативность	9	10	-
4.	Этичность	10	5	$p \leq 0,05$
5.	Самопожертвование	5	10	$p \leq 0,05$

Исходя из данных таблицы 2.2, обнаружены статистически значимые различия (при  $p \leq 0,05$ ) в группах студентов по следующим шкалам методики: «Самоутверждение», «Этичность», «Самопожертвование».

В группе студентов с высокой и средней склонностью к зависимости обнаружены высокие показатели по шкале «Этичность» 10 (баллов, на уровне статистической значимости  $t_{Эмп} = 11.3$ ), по сравнению с группой студентов, у

которых склонность к зависимости не выявлена. Скорее всего, это объясняется компенсаторным стремлением сохранять «социальное лицо».

Такие студенты контролируют свою деятельность, опираясь лишь на собственные представления об этике и морали. Они возлагают на себя социальную ответственность лишь только тогда, когда сами того хотят. Студенты первой группы имеют преобладающий тип ответственности, ориентированный на их собственную личность. Из чего можно сделать вывод, что студенты данной группы, то есть имеющие склонность к зависимости, более эгоистичны, ориентированны на удовлетворение лишь собственных потребностей.

В группе студентов с низкой склонностью к зависимости мы выявили высокие показатели по шкалам «Самоутверждение» и «Самопожертвование». Такие студенты стремятся приобрести статус надежного человека и взваливают на себя массу работы. Они стремятся взять ответственность не только за свою жизнь, но и за другого. Считают, что большинство важных событий в их жизни заслуга их самих.

Таким образом, в ходе проведенного исследования нами было выявлено, что в группе у респондентов с низкой склонностью к зависимости обнаруживаются высокие показатели - 17 баллов по шкале «Уровень морально-этической ответственности», а также у них доминируют такие типы ответственности, как «Самоутверждение» и «Самопожертвование». Такие студенты стремятся приобрести статус надежного человека и взваливают на себя массу работы. Они стремятся взять ответственность не только за свою жизнь, но и за другого. Считают, что большинство важных событий в их жизни заслуга их самих.

По шкале «уровень морально-этической ответственности» у респондентов с высокой и средней склонностью к зависимости обнаруживаются низкие показатели. В группе студентов с высокой и средней склонностью к зависимости обнаружены высокие показатели по шкале «Этичность» 10 (баллов, на уровне статистической значимости  $t_{ЭМП} = 11.3$ ), по

сравнению с группой студентов, у которых склонность к зависимости не выявлена.

Такие студенты контролируют свою деятельность, опираясь лишь на собственные представления об этике и морали. Они возлагают на себя социальную ответственность лишь только тогда, когда сами того хотят. Студенты первой группы имеют преобладающий тип ответственности, ориентированный на их собственную личность. Из чего можно сделать вывод, что студенты данной группы более эгоистичны, ориентированы на удовлетворение лишь собственных потребностей.

### **2.3. Оценка эффективности психокоррекционной программы развития ответственности у студентов, склонных к зависимости**

Для продолжения работы и подтверждения гипотезы исследования разделили выборку студентов со склонностью к зависимостям путем рандомизации на две группы и с одной из групп реализовали психокоррекционную программу «Развитие ответственности у студентов склонных к зависимости». Цель программы – развитие ответственности у студентов склонных к зависимости.

Данная программа была направлена на решение следующих задач:

1. Развить интернальный локус контроля;
2. Развить социально-ответственное поведение;
3. Развить личную ответственность.

Сроки реализации программы: общая продолжительность программы составляет 4 месяца. Занятия проводятся раз в неделю, продолжительностью 45 минут.

Тематическое планирование программы по развитию ответственности у  
склонных к зависимости студентов

№	Тема	Цель, задачи	Содержание
1	Вводное «Знакомство»	<b>Цель:</b> знакомство, сплочение коллектива, снятие эмоционального напряжения, коррекция застенчивости. <b>Задачи:</b> - снятие психоэмоционального напряжения - формирование положительной установки на участие в занятии, доброжелательных отношений.	«Имя» «Сваты» «Самый»
2	«Мы понимаем друг друга.»	<b>Цель:</b> развитие навыков планирования собственных действий в различных ситуациях. <b>Задачи:</b> -Показать, как строятся законы человеческого общества. -Актуализация личностных ресурсов.	Ритуал приветствия «Гипноз» «Необитаемый остров» Рефлексия Ритуал прощания
3	«Мы вместе»	<b>Цель:</b> развить навыки эффективного общения, сплотить группу. <b>Задачи:</b> -Способствовать сплочению группы. -Способствовать созданию игровой атмосферы, показать участникам группы, что каждый человек индивидуальность.	Ритуал приветствия «Баржа» «Скульптура» Рефлексия Ритуал прощания
4	«Запреты»	<b>Цель:</b> осознание своих жизненных запретов. <b>Задачи:</b> -осмысление собственных жизненных табу; - выработка навыка отстаивания своих жизненных ценностей.	Ритуал приветствия «Табу » «Шприц» Рефлексия Ритуал прощания
5	«Я в будущем»	<b>Цель:</b> сформировать образ себя в будущем, проанализировать свои цели. <b>Задачи:</b> - выработка реалистичных целей - формирование адекватного уровня притязаний -формирование адекватной самооценки.	Ритуал приветствия «Я в будущем» «Пусть будет, что будет» «Планирование будущего» Рефлексия Ритуал прощания
6	«Я ценю свое время и свои ресурсы»	<b>Цель:</b> обучиться альтернативным способам поведения в ситуациях, требующих решения поставленных задач. <b>Задачи:</b> - сформировать осознание ценности времени для человека - показать альтернативные способы решения невыполненных ранее задач	Ритуал приветствия «Доведи меня до конца» «Последний час» «Зато...» Рефлексия Ритуал прощания
7	«Кораблекрушение»	<b>Цель:</b> развитие коммуникативных навыков. <b>Задачи:</b> - Выявление конфликтных зон в группе; - Развитие навыков принятия совместных	Ритуал приветствия Игра «Кораблекрушение» Рефлексия Ритуал прощания

		решений членами группы в экстремальных ситуациях.	
8	«Будьте собой, но в лучшем виде»	<b>Цель:</b> снять эмоциональную и поведенческую закрепощенность. <b>Задачи:</b> -снять эмоциональную и поведенческую закрепощенность, -сформировать и развить навыки искренних высказываний для анализа сущности "Я". - отработать навык рефлексии	Ритуал приветствия «Вы меня узнаете » «Здесь и теперь» «Без маски» Рефлексия Ритуал прощания
9	«Мое прошлое»	<b>Цель:</b> сформировать представление о значимости собственных поступков <b>Задачи:</b> -проанализировать значимые жизненные ситуации; -развить понимание важности обдумывания собственных действий	«Новая ступень» «Сообщение в прошлое» Рефлексия Ритуал прощания
10	«Завершение путешествия»	<b>Цель:</b> Закрепление дружеских отношений между членами группы. <b>Задачи:</b> - Закрепление представлений о своей уникальности. -Закрепление дружеских отношений между членами группы.	Ритуал приветствия «Моя жизнь» «Подарок» Рефлексия Ритуал прощания

Приведем пример одного занятия.

### Занятие №1

В качестве примера коррекционной работы приведем отрывок в виде вводного занятия.

**Тема:** «Знакомство».

**Цель:**

1. снятие психоэмоционального напряжения
2. формирование положительной установки на участии в занятии, доброжелательных отношений.

**Время:** 45 минут.

**Ход занятия:**

**1. Организационный момент.** Психолог приветствует всех участников группы. Говорит вступительное слово. Объясняет правила работы в группе.

**Правила работы в группе:**

1. Доверительное общение, обращение друг к другу по имени.

2. Соблюдение личных прав членов группы.
3. Принцип «здесь и сейчас» - говорим то, что волнует именно сейчас, и обсуждаем то, что происходит здесь в группе.
4. Не выносить за пределы группы все то, что происходит на занятиях.
5. Правило «Стоп»: если не хочешь обсуждать тему всегда можно сказать «стоп».
6. Говорим от своего имени: «Я считаю...», «Я думаю...».
7. Активность каждого участника группы.
8. Оценивается только поступок, а не личность;

**Психолог:** «Здравствуйте! Сегодня мы с вами собрались для того, чтобы попробовать вместе избавиться от своих неприятностей, стать лучше, ответственной, научиться понимать себя, свои жизненные».

## **2. Разминка: «Имя».**

Инструкция: «Назовите свое имя и расскажите, что оно обозначает».

## **3. Основная часть. Упражнение «Сваты».**

Инструкция: «Мы все сюда пришли со своим характером, качествами. Сейчас мы расскажем о 3 основных хороших качествах».

## **4. Упражнение «Самый...».**

Инструкция: «Участник, бросая мяч другому, называет его по имени, продолжая фразу «Вася, ты самый ... (смелый и т.д.)».

## **5. Ритуал прощания:**

Участники встают в круг и кладут руки на плечи друг другу. Они приветливо смотрят друг на друга и говорят: "Спасибо, до свидания".

В результате проведённой психокоррекционной работы по разработанной нами программе, в ходе итогового тестирования экспериментальной группы были получены результаты, свидетельствующие о наличии положительной динамики в коррекции ответственности у студентов склонных к зависимому поведению.

Результаты, полученные в ходе итогового тестирования при экспериментальном и контрольном замерах при помощи методики «Тест на

зависимое поведение (аддикцию)» (Методика диагностики склонности к 13 видам зависимостей) Г.В. Лозовой, представлены в виде таблицы 2.4.

Таблица 2.4

Выраженность показателей склонности студентов к различным видам зависимости (в %)

№ п/п	Виды зависимостей	Уровни склонности к различным видам зависимости					
		низкий		средний		высокий	
		Э	К	Э	К	Э	К
1.	Алкогольная зависимое поведение	100	100	-	-	-	-
2.	Телевизионная зависимое поведение	71	64	29	31	-	5
3.	Любовная зависимое поведение	88	88	12	12	-	-
4.	Игровая зависимое поведение	88	77	20	21	-	2
5.	Сексуальная зависимое поведение	100	100	-	-	-	-
6.	Пищевая зависимое поведение	76	59	24	35	-	6
7.	Религиозная зависимое поведение	100	100	-	-	-	-
8.	Трудовая зависимое поведение	100	100	-	-	-	-
9.	Лекарственная зависимое поведение	96	92	4	8	-	-
10.	Компьютерная зависимое поведение	81	77	19	21	-	2
11.	Табачная зависимое поведение	56	48	39	44	5	8
12.	Зависимое поведение от здорового образа жизни	100	100	-	-	-	-
13.	Наркотическая зависимое поведение	100	100	-	-	-	-

Таким образом, данные таблицы 2.4. свидетельствуют о том, что при экспериментальном срезе у студентов выявлена положительная динамика по снижению показателей склонности к разным видам зависимости.

Склонность к телевизионной зависимости обнаружена у 29% студентов по сравнению с 36% в контрольном срезе.

Показатели склонности к любовной зависимости остались без изменений - у 12% опрошенных и в ходе контрольного, и в ходе экспериментального среза.

Высокие показатели игровой и компьютерной зависимости обнаружены у 21% и 19% испытуемых соответственно. При этом важно отметить, что склонность к зависимости выявлена только на среднем уровне. Респондентов с высоким уровнем игровой и компьютерной зависимости в при экспериментальном срезе не выявлено.



Склонность к пищевой зависимости снизилась до 24% респондентов, при контрольном срезе этот показатель остался прежним. Для 41% при контрольном срезе по-прежнему свойственно находить в еде радость и утешение.

Лекарственно зависимое поведение диагностировано уже у 4% респондентов при экспериментальном срезе и 8% - при контрольном.

И самые высокие показатели зависимости остаются по шкале «Никотиновая зависимость». Она диагностирована у 44% опрошенных студентов. Это испытуемые, для которых курение табака носит систематический характер, и коррекция этой зависимости требует более длительной психокоррекционной работы. Таким образом снизить показатель зависимости от табака удалось у 6% респондентов.

Склонности к алкогольной, сексуальной, религиозной, трудовой зависимости и зависимому поведению от здорового образа повторно не были выявлены.

В таблице 2.5. представлены средние значения показателей склонности к зависимости в двух группах студентов.

Таблица 2.5

Выраженность показателей склонности к зависимости  
(средние значения, в баллах)

№ п/п	Виды зависимости	Уровни склонности		Достоверность различий
		К	Э	
1.	Алкогольная	6	5	-
2.	Телевизионная	22	14	$p \leq 0,05$
3.	Любовная	14	13	-
4.	Игровая	21	14	$p \leq 0,05$
5.	От межполовых отношений	8	8	-
6.	Пищевая	24	13	$p \leq 0,05$
7.	Религиозная	5	6	-
8.	Трудовая	6	6	-
9.	Лекарственная	17	15	-
10.	Компьютерная	21	14	$p \leq 0,05$
11.	От курения	23	19	$p \leq 0,05$
12.	От здорового образа жизни	7	8	-
13.	Наркотическая	6	5	-

Анализ средних значений показателей склонности к зависимости подтверждается статистической значимостью полученных результатов.

Можно предположить, что групповые тренинговые занятия оказали влияние на снижение телевизионной и компьютерной зависимости, путем группового межличностного взаимодействия. Получая живое общение, которого не хватало в реальной жизни, студенты постепенно забывают о необходимости окунуться в виртуальный мир, сесть за просмотр телепередач.

Так же многие упражнения коррекционной программы были направлены на осознание студентами собственных жизненных целей, моральных и этических ценностей, а также развитие социальной и личной ответственности. Данные упражнения помогли студентам с пищевой зависимостью увидеть перспективы личностного роста, а также заполнить внутреннюю пустоту, образовавшуюся из-за иллюзорного чувства собственной никчемности.

Проанализируем результаты изучения ответственности студентов в ходе проведения контрольного и экспериментального среза после реализации психокоррекционной программы. Результаты представим в виде таблицы 2.6.

Таблица 2.6

Выраженность типов ответственности в контрольной и экспериментальной группах студентов (средние значения, в баллах)

№ п\п	Тип ответственности	Группы студентов		Достоверность различий
		Контрольная	Экспериментальная	
1.	Принципиальность	6	9	$p \leq 0,05$
2.	Самоутверждение	4	4	-
3.	Нормативность	7	9	$p \leq 0,05$
4.	Этичность	9	7	-
5.	Самопожертвование	4	5	-

Данные диагностики личностного симптомокомплекса ответственности и оценка его психометрических характеристик (Кочарян И.А.) свидетельствуют о наличии статистически значимых различий в контрольном и экспериментальном срезах. По шкале «принципиальность» у респондентов в

ходе проведения контрольного среза обнаруживаются низкие показатели 6 баллов, в ходе проведения экспериментального среза студентов – 9 баллов (на уровне статистической значимости  $p \leq 0,05$ ). То есть, студенты первой группы оказываются менее склонны верить, что большинство того, что происходит в их жизни есть результат их собственных усилий. Для них «законом» является не свое собственное мнение, а мнение других людей.

По шкале «нормативность» у респондентов в ходе проведения контрольного среза обнаруживаются низкие показатели 7 баллов, в ходе проведения экспериментального среза студентов – 9 баллов (на уровне статистической значимости  $p \leq 0,05$ ). То есть, студенты до проведения психокоррекционной программы были менее склонны к самоанализу, а после нее – стали более склонны к социально-ответственному поведению.

Анализ результатов проведения диагностики морально-этической ответственности личности так же позволил обнаружить различия между студентами при контрольном и экспериментальном срезе.

Результаты представим в виде рисунка 2.4. и рисунка 2.5.

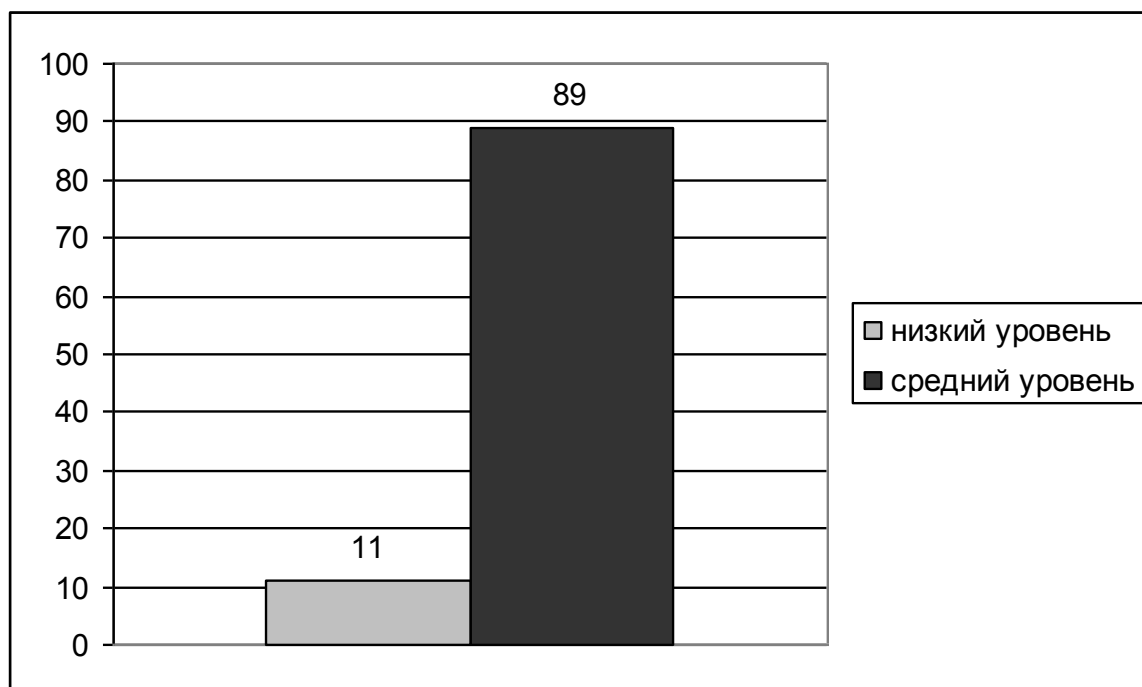


Рис. 2.4. Выраженность уровня морально-этической ответственности в экспериментальной группе (в %)

Из рисунка 2.3 видно, что 11% студентов ходе проведения экспериментального среза имеют низкий уровень морально-этической ответственности, а 89% респондентов имеют средний уровень морально-этической ответственности.

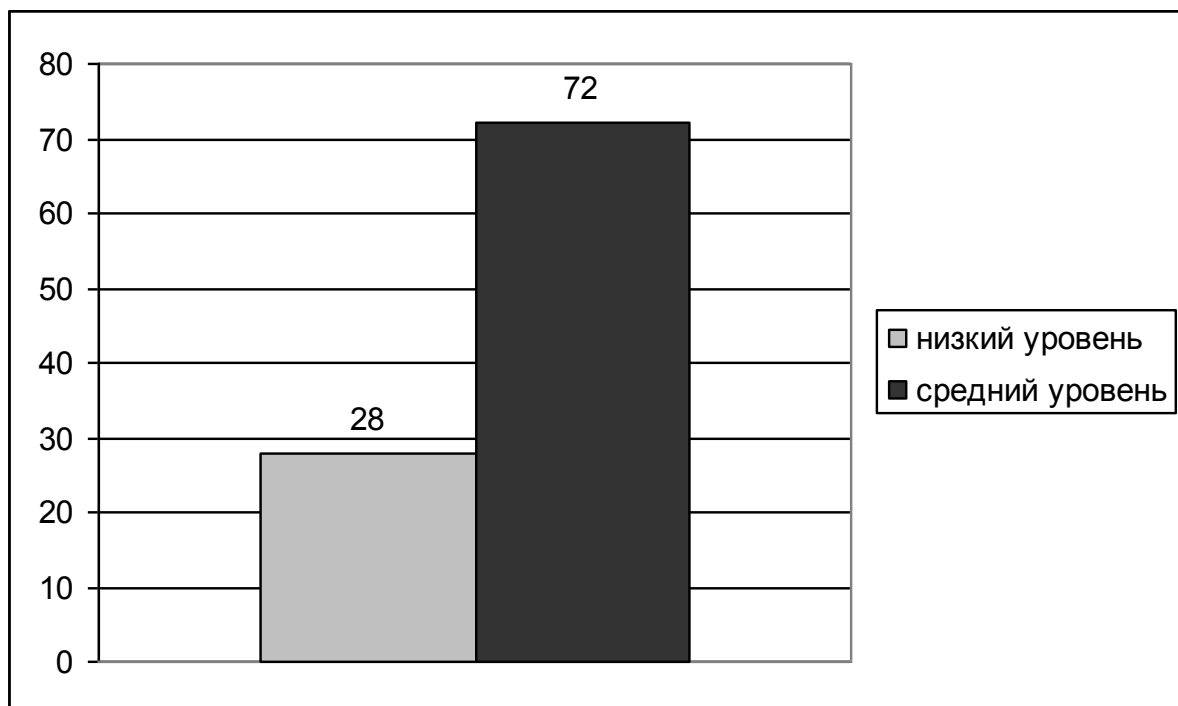


Рис. 2.5. Выраженность уровня морально-этической ответственности в контрольной группе (в %)

Из рисунка 2.5. видно, что 28% респондентов в контрольном срезе имеют низкий уровень ответственности. Средний уровень ответственности имеют 72% студентов при контрольном срезе.

Проанализировав результаты, можно сделать вывод о том, что уровень морально-этической ответственности у студентов в ходе проведения экспериментального среза стал выше, чем у студентов при контрольном срезе.

Таким образом, результаты всех диагностических методик подтвердили эффективность разработанной и проведенной психокоррекционной работы. Следовательно, склонность к некоторым видам зависимости (телевизионная и компьютерная зависимости) поддается сравнительно легко коррекции и может быть снижена или устранена при организации и внедрении в вузе специальных профилактических и психокоррекционных программ. По отношению к

химическим видам зависимости, в частности, к никотиновой, ведется также активная профилактическая работа. Студентов вовлекают во всевозможные спортивные мероприятия.

В результате нашего исследования гипотеза подтвердилась.

## Заключение

Ответственность – это интегративное качество индивида, проявляющееся в его способности принимать обоснованные решения в сфере своей деятельности, проявлять настойчивость и добросовестность в их реализации и готовности отвечать за их результаты и последствия.

Ответственность следует рассматривать как стойкое личностное свойство. Составляя жизненные планы, человек обычно взвешивает, насколько для него эта цель или нужно надеяться на внешние силы, на других людей. Поэтому, один индивид может выступать хозяином своей судьбы, а другой «плывет по воле волн», то есть одна личность принимает на себя ответственность, а другая — уходит от нее.

Ответственным личностям свойственно наличие позитивных качеств, начиная от пунктуальности, точности, послушности и заканчивая нравственными, гражданскими чертами, такими как честность, справедливость, принципиальность и т.д. Данные качества лежат в основе политической, юридической, моральной, профессиональной, социальной и других видов ответственности. На их формирование и должна быть направлена воспитательная работа.

Студентам вузов, склонным к зависимости, присущи специфические личностные детерминанты социального поведения, такие как неустойчивое эмоциональное состояние, тревожность, зависимость от мнения социума и высокая зависимость от объекта зависимости, что служит одной из психологических причин формирования зависимого поведения. У них проявляются сложности с самоконтролем, им труднее преодолевать жизненные преграды.

У студентов с высокой склонностью к зависимости оказывается деформированной структура ценностных ориентаций, что выражается в несоответствии ценностей, отражающих их представления о том, как стоит поступать (уровень нормативных идеалов) и ценностей, определяющих то

поведение, которое студенты обычно демонстрируют (уровень индивидуальных приоритетов), а также снижена значимость таких ценностей, как безопасность, достижение, самостоятельность, универсализм, добросердечность и конформность. В деятельности снижается оптимистическая, познавательная, трудовая и альтруистическая мотивации при повышении мотивации к рисковому поведению.

С возрастанием склонности к зависимости значительно снижается учебная мотивация. Оценка своих профессиональных знаний и умений утрачивает адекватность. У студентов с высокой склонностью к зависимости веществ недостаточно сформированы социальные и профессиональные компетенции.

В результате эмпирического исследования нами было выявлено, что в группе у респондентов с низкой склонностью к зависимости обнаруживаются высокие показатели по шкале «Уровень морально-этической ответственности», а также у них доминируют такие типы ответственности, как «Самоутверждение» и «Самопожертвование».

По шкале «уровень морально-этической ответственности» у респондентов с высокой и средней склонностью к зависимости обнаруживаются низкие показатели. В группе студентов с высокой и средней склонностью к зависимости обнаружены высокие показатели по шкале «Этичность», по сравнению с группой студентов, у которых склонность к зависимости не выявлена.

Нами была разработана и внедрена в практику психокоррекционная программа «Развитие ответственности у студентов склонных к зависимости». Цель программы – развитие ответственности у студентов склонных к зависимости.

Результаты повторного тестирования уровня морально-этической ответственности показали, что 11% студентов имеют низкий уровень морально-этической ответственности, а 89% респондентов имеют средний уровень морально-этической ответственности.

В ходе статистического анализа данных опросника диагностики личностного симптомокомплекса ответственности (ОДЛСО) мы подтвердили наличие статистически значимых различий у респондентов по шкалам «принципиальность», «нормативность».

Таким образом, в проведенном исследовании все задачи решены, гипотеза подтверждена: чем ниже у студентов вуза склонность к зависимости, тем более выражены такие типы ответственности, как «Самопожертвование», «Принципиальность»; тем менее развиты все типы ответственности. Психокоррекционная работа по развитию ответственности способствует снижению склонности к зависимости студентов, а именно телевизионной зависимости и зависимости от курения.

Таким образом, результаты всех диагностических методик подтверждают эффективность разработанной и проведенной психокоррекционной работы.



## Список литературы

1. Абульханова-Славская, К.А. Деятельность и психология личности / К.А. Абульханова-Славская. – М.: Наука, 1980.- 335 с.
2. Агеев, В.С. Атрибуция ответственности за успех или неудачу группы в межгрупповом взаимодействии / В. С. Агеев // Вопросы психологии. – 1982. – № 6. – С. 101–106.
3. Аршакуни, Л.В. Психологическое сопровождение личностного роста и духовно-нравственного оздоровления студентов / Л.В. Аршакуни.- М.: Перо, 2016.- 236 с.
4. Бакиров, Л.Р. Синдром интернет-зависимого поведения при пограничных психических расстройствах среди учащейся молодежи / Л.Р. Бакиров. – М.:Дрофа,- 2016.- 215 с.
5. Бахтин, М.М. К философии поступка / М.М. Бахтин // Философия и социология науки и техники: Ежегодник .- 1986. - С. 80-160.
6. Бейн, А. Эмоции и воля/ А. Бейн.- СПб., 1865.
7. Березин, Ф.Б. Психология и психофизиологическая адаптация человека./Ф.Б. Березин.- Л.: Наука, 1998.- 178с.
8. Бодров, В.А. Психология профессиональной пригодности. Учебное пособие для вузов / В.А. Бодров. – М.: ПЕР СЭ, 2001.- 511 с.
9. Бондарев, Н.В. Психическая дезадаптация лиц, вовлеченных в религиозные культы / Н.В. Бондарев // Ананьевские чтения. -2006. – С. 335-336.
- 10.Борисов, И.Ю. Кое-что о рокерах. / И.Ю.Борисов // По неписаным законам улицы. Ярославль: «Юридическая литература».- 1989.-С. 239-251.
- 11.Борисов, И.Ю. Псы войны. / И.Ю.Борисов. - М.: «Альтернатива», 1997.- 138 с.

12. Брушлинский, А.В. О взаимосвязи природного и социального в психологическом развитии человека. / А.В. Брушлинский // Проблема генетической психофизиологии человека. - 1978. - С. 11-21.
13. Вострокнутов, Н.В. Профилактика и реабилитация несовершеннолетних с психическими расстройствами и криминальной активностью / Н.В. Вострокнутов. - М. : РИО ГНЦ ССП им. В. П. Сербского, 2004. – 84 с.
14. Горбачева, В. А. Основы профессионально-педагогической деятельности преподавателей вузов культуры и искусств: Монография / В. А. Горбачева. – М. : Издат. Дом МГУКИ, 2008. – С. 36 – 38.
15. Грузд, Л.В. Психологические факторы и механизмы формирования алкогольной и наркотической зависимости / Л. В. Грузд // Актуальные проблемы психологии на современном этапе общественного развития. – 2003. – 464с.
16. Дементий, Л.И. К вопросу об ответственности у студентов вуза / Л.И. Дементий // Усиление роли самостоятельной работы студентов в деле коренного повышения качества подготовки специалистов: Тезисы докладов Всесоюзн. научн. конф. -1988. -С. 52-55.
17. Дементий, Л.И. Динамика формирования образа «Я» профессионала у студентов вуза / Л.И. Дементий // Психология и научно-технический прогресс: Тезисы докладов VII съезда Общества психологов СССР.-1989. - С. 109-110.
18. Дементий, Л.И. Типология ответственности личности / Л.И. Дементий // Гуманистические проблемы психологической теории. - 1995. - С. 204-213.
19. Дементий, Л.И. Личностные основания реализации ответственности / Л.И. Дементий // Материалы научной конференции «Современное общество». - 1999.-С. 206-208.
20. Дементий, Л.И. Типология ответственности личности / Л.И. Дементий // Актуальные проблемы психологии: Сб. научных трудов. -2000. - С. 5-19.
21. Дементий, Л.И. Ответственность как социальная и личностная ценность / Л.И. Дементий // Материалы Всероссийской научной конференции

- «Идейное наследие В.С. Соловьева и проблемы наступающего века». - 2000. - С. 197-202.
22. Дементий, Л.И. Ответственность, и индивидуальность: постановка и исследование проблемы / Л.И. Дементий // Теоретические и эмпирические исследования активности личности.- 2001. - С. 25-35.
23. Дементий, Л.И. Ответственность: типология и личностные основания: Монография. / Л.И. Дементий. - Омск: Омск. гос. ун-т, 2001.- 192 с.
24. Дементий, Л.И. Ответственность как ресурс личности: Монография. / Л.И. Дементий. - М.: Информ-Знание, 2005.- 188 с.
25. Дорофеев, Е.Д. Внутригрупповая ответственность при разных формах собственности / Е.Д. Дорофеев // Психология личности и группы в изменяющемся обществе.- 1994. – С. 72-74.
26. Дудко, Т.Н. Формирование зависимости от азартных игр у молодежи и лиц зрелого возраста / Т.Н. Дудко, Л.А. Котельникова. - М.: Перо, 2005.- 270 с.
27. Егоров, А.Ю. Алкоголизация и алкоголизм в подростково-молодежной среде: личностные особенности, клинические проявления, половые различия. Вопросы психического здоровья детей и подростков / А.Ю. Егоров.- М.: Перо, 2003.- 286 с.
28. Ильин, В.В. Догматизм теории дефицит ответственности. Философия и некоторые уроки прошлого /В.В. Ильин // Коммунист. - 1988. — №12. — С. 60-72.
29. Ильин, Е.П. Психология воли. / Е.П. Ильин.- С-Пб.: Питер, 2009.– 114с.
30. Климова, К.А. О формировании ответственности у детей 6–7 лет /К.А. Климова. - М.: Просвещение, 1967.- 115 с.
31. Короленко, Ц.П. Аддиктивное поведение / Ц. П. Короленко//Обозрение психиатрии имедицинской психологи.- 1991 - №1.- С. 8-15.
32. Корченков, В.И. Пьянство, алкоголизм, наркомания: причины и следствия /В.И. Корченков. – М.: РГМУ, 1997. -230 с.

33. Косолапов, Р.С. Чего начинается личность / Р.С. Косолапов. - СПб.: Питер, 1984. - 118 с.
34. Лазаренко, Д.В. Психолого-педагогическая профилактика склонности к аддиктивному поведению студентов вуза / Д.В. Лазаренко. - М.: Дрофа, 2016. - 201 с.
35. Мизирене, Р.В. Психологическая зависимость от еды. / Р.В. Мизирене. - М.: Перо, 2005. - 150 с.
36. Морозкина, Т.В. Формирование внутренней ответственности. / Т.В. Морозкина. - М.: Москва, 1984. - 209 с.
37. Москаленко, В.Д. Когда любви слишком много. / В.Д. Москаленко. - М.: Дрофа, 2002. - 222 с.
38. Муздыбаев, К. Психология ответственности. / К. Муздыбаев. - Л.: Наука, 1983. - 240 с.
39. Нагирнер, И.И. Формирование стрессоустойчивости студентов вуза в учебной деятельности / И.И. Нагирнер. - Саратов, 2016. - 252 с.
40. Недбайло, П.Е. Применение советских правовых норм / П.Е. Недбайло. - М.: Госюриздат, 1960. - 511 с.
41. Одуев, С.Ф. Социалистическое сознание: реальность и иллюзии / С.Ф. Одуев. // Философия науки. - 1991. - №2. - С. 17-26.
42. Одуев, С.Ф. Социалистическое общество: свобода и ответственность / С.Ф. Одуев. // Философские науки. - 1985. - № 7. - С. 7-14.
43. Олехнович, И. Б. Зависимая личность в современном российском обществе: формирование, проявление, социальная адаптация / И.Б. Олехнович. - Ростов-на-Дону, 2015. - 154 с.
44. Пакина, А.Ю. Личностно ориентированный подход к профилактике зависимости / А.Ю. Пакина // Ежегодник Российского психологического общества: материалы III Всероссийского съезда психологов. - 2003.
45. Пил, С. Любовь и зависимость / С. Пил, А. Бродски. - М.: Дрофа, 2005. - 269 с.

46. Погорова, Р.И. Становление социально-психологической зрелости студентов-психологов / Р.И. Погорова.- Кострома, 2015. – 113 с.
47. Психологический словарь / под ред. В. П. Зинченко. – М.: Педагогика-Пресс, 1999.- 440 с.
48. Пшеничная, В.В. Формирование ответственности как общей компетенции студентов в системе среднего профессионального образования/ В.В. Пшеничная. – М.: Дрофа, 2014.- 160 с.
49. Рудковский, Э.И. Свобода и ответственность личности / Э.И. Рудковский. - Минск : Изд-во БГУ им. В.И. Ленина, 1979.- 152 с.
50. Сельченко, К.В. Психология зависимости./ К.В. Сельченко.- Минск, 2005.-596 с.
51. Семенов, Н.Н. Становление профессиональной ответственности у курсантов военных училищ Сухопутных войск/ Н.Н. Семенов .- М., 1998. -225 с.
52. Сидорова, Т.Н. Исследование особенностей когнитивного и поведенческого компонентов социальной ответственности/Т.Н. Сидорова // Психологические условия формирования социальной ответственности школьников.- 1987. - С.51-54.
53. Сидорова, Т.А. Особенности адаптивных реакций у студентов в условиях городской среды/ Т.А. Сидорова.- Омск, 2015.- 130 с.
54. Славина, Л.С. Задачи индивидуального подхода при перевоспитании / Л.С. Славина// Вопросы психологии.- 1975. - № 3. - С. 156–161.
55. Славина, Л.С. Изучение недисциплинированных школьников и индивидуальный подход в работе с ними / Л.С. Славина.- М.: Институт практической психологии, 1998.- 161 с.
56. Слободской, А.Л. Управление компетенциями/ А.Л. Слободской, Я.Я. Клементовичус, О.Д. Смирнова. – СПб.: СПбГУЭФ, 2003.- 75 с.
57. Спиркин, А.Г. Сознание и самосознание./А.Г. Спиркин.- М.: Москва, 1972.- 303 с.

58. Старшенбаум, Г.В. Психология и психотерапия зависимостей./ Г.В. Старшенбаум -М.: Дрофа, 2006.- 280 с.
59. Сухинская, Л.А. Возложение ответственности за успехи и неудачи в группах различного уровня развития/Л.А. Сухинская // Вопросы психологии. - 1978. -№ 2. - С. 35-42.
60. Тен, Н.М. Формирование ответственного отношения подростков / Н.М. Тен // Психологические проблемы общественно-полезной деятельности подростков.- 1980. – С. 21-22.
61. Шаповаленко, А.А. Психологическая суверенность личности в интернет-среде/ А.А. Шаповаленко.- М.: Аввалон, 2016.- 207 с.
62. Словарь современного русского литературного языка в 17 томах. Том 17. Х - Я /под ред. К.С. Горбачевича. - С-Пб.: Наука, 2014
63. Эриксон, Э. Идентичность: юность и кризис. /Э. Эриксон.– М., 1996.- 344 с.

## ПРИЛОЖЕНИЯ

### Приложение 1

#### Тест на зависимое поведение (аддикцию) (Методика диагностики склонности к 13 видам зависимостей, Лозовая Г.В.)

1. Алкогольная зависимое поведение.
2. Интернет и компьютерная зависимое поведение.
3. Любовная зависимое поведение.
4. Наркотическая зависимое поведение.
5. Игровая зависимое поведение.
6. Никотиновая зависимое поведение.
7. Пищевая зависимое поведение.
8. Зависимое поведение от межполовых отношений.
9. Трудоголизм.
10. Телевизионная зависимое поведение.
11. Религиозная зависимое поведение.
12. Зависимое поведение от здорового образа жизни.
13. Лекарственная зависимое поведение.
14. Общая склонность к зависимостям.

На основании результатов тестирования нельзя ставить диагноз, методика является ориентировочной и показывает общую склонность к той или иной зависимости.

**Инструкция.** Вам предлагается тестовый материал, состоящий из 70 вопросов (суждений). Внимательно прочитайте утверждение и, не раздумывая очень долго, выберите один из вариантов ответа.

Нет -1 балл;

Скорее нет – 2 балла;

Ни да, ни нет -3 балла;

Скорее да – 4 балла;

Да – 5 баллов.

Тестовый материал:

1. Время от времени мне очень хочется выпить, чтобы расслабиться
2. В свое свободное время я чаще всего смотрю телевизор.
3. Я считаю, что одиночество – это самое страшное в жизни
4. Я – личность азартный и люблю азартные игры.
5. Межполовые отношения – это самое большое удовольствие в жизни.
6. Я довольно часто ем не от голода, а для получения удовольствия.
7. Я соблюдаю религиозные результаты.
8. Я все время думаю о работе, о том, как сделать ее лучше
9. Я довольно часто принимаю лекарства

10. Я провожу очень много времени за компьютером
11. Не представляю свою жизнь без сигарет
12. Я активно интересуюсь проблемами здоровья
13. Я пробовал наркотические вещества
14. Мне тяжело бороться со своими привычками
15. Иногда я не помню произошедшего во время опьянения
16. Я могу долго щелкать пультом в поисках чего нить интересного по телевизору
17. Главное чтобы любимый личность всегда был рядом
18. Время от времени я посещаю игровые автоматы
19. Я не думаю о межполовых отношениях только когда я сплю
20. Я постоянно думаю о еде, представляю себе разные вкусы
21. Я довольно активный член религиозной общины
22. Я не умею отдыхать, чувствую себя плохо во время выходных
23. Лекарства – самый простой способ улучшить самочувствие
24. Компьютер – это реальная возможность жить полной жизнью
25. Сигареты всегда со мной
26. На поддержание здоровья не жалею ни сил, ни денег, ни времени
27. Попробовать наркотик – это получить интересный жизненный урок
28. Я считаю, что каждый личность от чего то зависим
29. Бывает что я чуть чуть перебираю когда выпиваю
30. Телевизор включен большее время моего пребывания дома
31. Когда я не вместе с любимым личностью, я постоянно думаю о нем
32. Игра дает самые острые ощущения в жизни
33. Я готов идти на "случайные связи", ведь воздержание для меня крайне тяжело.
34. Если кушанье очень вкусное то я не удержусь от добавки
35. Считаю что религия – единственное что может спасти мир.
36. Близкие часто жалуются, что я постоянно работаю
37. В моем доме много медицинских и подобных препаратов
38. Иногда, сидя у компьютера я забываю поесть или о каких то делах
39. Сигарета это самый простой способ расслабиться
40. Я читаю медицинские журналы и газеты, смотрю передачи о здоровье
41. Наркотик дает самые сильные ощущения из всех возможных
42. Привычка – вторая натура, и избавиться от нее глупо
43. Алкоголь в нашей жизни – основное средство расслабления и повышения настроения
44. Если сломался телевизор, то я не буду знать чем себя развлечь вечером
45. Быть покинутым любимым личностью – самое большое несчастье, которое может произойти
46. Я понимаю азартных игроков, которые могут в одну ночь выиграть состояние а в другую проиграть два.
47. Самое страшное это получить физическое увечье, которое сделает невозможным удовлетворить партнера в постели.



48. При походе в магазин не могу удержаться что бы не купить что нить вкусенькое
49. Самое главное в жизни – жить наполненной религиозной жизнью
50. Мера ценности личности заключается в том, на сколько он отдает себя работе
51. Я довольно часто принимаю лекарства
52. "Виртуальная реальность" более интересна чем обычная жизнь
53. Я ежедневно курю
54. Я стараюсь неотступно соблюдать правила здорового образа жизни
55. Иногда я употребляю средства, считающиеся наркотическими
56. Личность – существо слабое, нужно быть терпимым к его вредным привычкам
57. Мне нравится выпить и повеселиться в веселой компании
58. В наше время почти все можно узнать из телевизора
59. Любить и быть любимым это главное в жизни
60. Игра – это реальный шанс сорвать куш, выиграть много денег
61. Межполовые отношения – это лучшее времяпровождение
62. Я очень люблю готовить и делаю это так часто, как могу
63. Я часто посещаю религиозные заведения
64. Я считаю, что личность должен работать на совесть, ведь деньги это не главное
65. Когда я нервничаю, я предпочитаю принять успокоительное
66. Если бы я мог то все время занимался бы компьютером
67. Я – курильщик со стажем
68. Я беспокоюсь за здоровье близких, стараюсь привлечь их к здоровому образу жизни
69. По интенсивности ощущений наркотик не может сравниться ни с чем
70. Глупо пытаться показать свою силу воли и отказаться от различных радостей жизни.

**Ключ к тесту. Обработка результатов теста:**

1. Зависимое поведение от алкоголя: 1, 15, 29, 43, 57.
2. Телевизионная зависимое поведение: 2, 16, 30, 44 ,58.
3. Любовная зависимое поведение: 3, 17, 31, 45, 59.
4. Игровая зависимое поведение: 4, 18, 32, 46, 60.
5. Зависимое поведение от межполовых отношений: 5, 19, 33, 47, 61.
6. Пищевая зависимое поведение: 6, 20, 34, 48, 62.
7. Религиозная зависимое поведение: 7, 21, 35, 49, 63.
8. Трудовая зависимое поведение: 8, 22, 36, 50, 64.
9. Лекарственная зависимое поведение: 9,23,37,51,65.
10. Зависимое поведение от компьютера (интернета, социальных сетей): 10,24,38,52,66.
11. Зависимое поведение от курения: 11, 25, 39, 53, 67.
12. Зависимое поведение от здорового образа жизни: 12, 26, 40, 54, 68.
13. Наркотическая зависимое поведение: 13, 27, 41, 55, 69.

14. Общая склонность к зависимостям: 14, 28, 42, 56, 70.

**Интерпретация (расшифровка - условные нормы):**

5-11 баллов – низкая;

12-18 средняя;

19-25 – высокая степень склонности к зависимостям.

**Опросник диагностики личностного симптомокомплекса  
ответственности (ОДЛСО) и оценка его психометрических характеристик**

**(Кочарян И.А.)**

**Инструкция:** «Вам будет предложено ряд утверждений, касающихся различных сторон жизни и отношения к ним. Оцените, пожалуйста, степень своего согласия или несогласия с приведенными утверждениями, поставив галочку в графе «Да» или «Нет».

1. Я всегда качественно выполняю свою работу.	
2. Я всегда упорно иду к своей цели.	
3. Испытываю чувство вины перед родителями, если совершаю неверные поступки.	
4. Никогда не подвожу свою семью.	
5. Обычно, мое поведение соответствует принятым в обществе нормам и правилам.	
6. Мои представления о семье сходны с родительскими.	
7. Обычно, я поступаю так, как мне советуют.	
8. Главное для меня в работе – это качественно ее выполнить.	
9. Я всегда помогаю своему коллективу (группе).	
10. Я часто фиксирую внимание на трудностях в работе (учебе).	
11. Я всегда выполняю обещания при любых условиях.	
12. Я всегда довожу дело до логического завершения.	
13. Я всегда выполняю порученное мне задание.	
14. Очень расстраиваюсь, если результат моей работы не удовлетворяет значимых для меня людей.	
15. Обычно, я не совершаю те поступки, которые могут вызвать осуждение родителей.	
16. Я придерживаюсь консервативной позиции в семейных отношениях.	
17. Меня можно назвать правильным человеком.	
18. Мое поведение спонтанно и зависит от моих желаний.	
19. Я следую советам своих близких.	
20. Все хорошее, что есть во мне, благодаря воспитанию, которое мне дали родители.	
21. Я не обращаю внимания на сложности, которые встречаются.	

22. Если с моим мнением не считаются мои близкие, меня это очень злит и огорчает.	
23. Я довожу дело до конца, даже если оно мне не выгодно.	
24. Обычно, я не начинаю новую работу, пока не завершу старую.	
25. Я всегда выполняю ответственное поручение, но при этом испытываю негативные эмоции.	
26. На работе, в учебе я придерживаюсь существующих норм и традиций и не стремлюсь их изменить.	
27. Мнение значимых для меня людей, обычно, является определяющим.	
28. Меня волнует несправедливость в окружающем мире, которую я не могу изменить.	
29. Я потакаю своим слабостям.	
30. Для меня потребности семьи важнее моих личных.	
31. Мне нравится, когда мне подчиняются.	
32. Я стремлюсь к достижению успеха ради своей семьи.	
33. Боюсь, что порученное мне дело не выполню.	
34. Для меня важно ощущать признание родителей и руководства на работе, в учебе.	
35. В ситуации, когда надо сделать выбор, я поступаю так, как советует начальник.	
36. В отношении своего здоровья я полностью полагаюсь на других.	
37. Если я болеваю, то применяю все меры, чтобы скорее выздороветь.	
38. У меня нет каких-либо конкретных принципов или правил, которыми я руководствуюсь в жизни.	
39. Считаю, что я много сделал для своих друзей.	
40. Я всегда помогаю своим друзьям, даже если для меня это сложно.	
41. Я скептически отношусь к мнению других.	
42. Если меня или моих близких оскорбят, я обязательно накажу обидчика.	
43. Я считаю, что имеет смысл доводить начатое до конца, только тогда когда, это приносит пользу окружающим.	
44. Обычно, в вопросах, касающихся моего здоровья, я советуюсь с родителями.	
45. Отношения с людьми я строю так, как это делают другие.	
46. Я очень переживаю, если совершаю поступок, который можно назвать неправильным.	
47. Я всегда завершаю начатое мною дело.	

48. В трудных ситуациях я не нуждаюсь в поддержке окружающих.	
49. Мои интересы часто совпадают с интересами коллектива, в котором я работаю.	
50. Я всегда ответственно выполняю данное мне моей семьей задание.	
51. Мнение других людей обо мне меня не волнует.	
52. Обычно, я соблюдаю установленные в учебе правила.	
53. Я боюсь, что проделанная мною работа может быть бесполезна.	
54. Мои поступки соответствуют принятым в обществе нормам и являются правильными.	
55. Я предпочитаю на прием к врачу ходить в сопровождении кого-нибудь из близких мне людей.	
56. Обычно, я очень насторожено отношусь к новым знакомым.	
57. Я всегда делаю только то, что мне искренне хочется.	
58. К трудностям в работе я отношусь спокойно и пытаюсь с ними самостоятельно справиться.	
59. Я считаю, что моим близким нужна моя помощь.	
60. Если моя семья о чем-либо меня просит, я не отказываю.	
61. Не люблю задумываться о своих поступках.	
62. Охотно даю обещания и всегда их выполняю.	
63. Я выполняю обещанное при любых обстоятельствах.	
64. Я осознаю, что мои родители накладывают на меня определенные ожидания и стараюсь их реализовать	
65. Обычно, я не задумываюсь о конечном результате своих действий.	
66. Мое поведение зависит не от моих собственных побуждений, а от внешней необходимости, долга.	
67. Все решения я принимаю обдуманно и пытаюсь четко спрогнозировать свою деятельность.	

### **Обработка и интерпретация результатов теста**

#### **1 шкала «Принципиальность» как тип ответственности**

Вопросы: 1, 2, 11, 12, 21, 22, 31, 32, 41, 42, 51, 61.

#### **2 шкала «Самоутверждение» как тип ответственности**

Вопросы: 3, 4, 13, 14, 23, 24, 33, 43, 52, 53, 62, 63.

#### **3 шкала «Нормативность» как тип ответственности**

Вопросы: 5, 6, 7, 15, 16, 17, 25, 26, 27, 34, 35, 36, 44, 45, 46, 54, 55, 56, 64, 65, 66.

#### **4 шкала «Этичность» как тип ответственности**

Вопросы: 8, 18, 28, 37, 38, 47, 48, 57, 58, 67.

#### **5 шкала «Самопожертвование» как тип ответственности**

Вопросы: 9, 10, 19, 20, 29, 30, 39, 40, 49, 50, 59, 60.

**Характеристика «принципиальной» личности.** Такие люди считают, что большинство важных событий в жизни было результатом их собственных

действий, что они могут ими управлять, и, следовательно, чувствуют свою собственную ответственность за эти события и за то, как складывается их жизнь в целом. Такая личность как бы сама для себя является законом. Личность, несущая в себе подобный тип ответственности, ответственна, потому что так нужно, правильно по её собственным принципам. При этом данная личность становится как бы заложником собственных убеждений, так как таковые нередко могут расходиться с моральными нормами и логикой здравого смысла. Люди с данным типом ответственности педантичны, принципиальны, склонны к накоплению негативных эмоций с последующей разрядкой в виде приступов ярости. Склонны к правдоискательству. Нечувствительны к мнению о себе, не склонны к рефлексии, спонтанны в проявлении чувств. Склонность к самопожертвованию у принципиальной личности может проявляться в стоическом образе жизни, такой человек отрекается от реализации своих потребностей, живет идеей, объясняя это заботой о детях, родителях, человечестве в целом и т.д.

**Характеристика «самоутверждающейся» личности.** Такие люди также как и «принципиальные» считают, что большинство важных событий в жизни было результатом их собственных действий. Данная личность стремится уйти от конфронтации с окружением, избегать избыточной ответственности и принятия сложных решений. Такие люди нуждаются в признании, испытывают потребность в самоутверждении. Они не любят проявлять инициативу, брать на себя ответственность, однако, порой, вынуждены взваливать на себя ответственность, выполнять обязательства, т.к. этот путь освободит от чувства вины и неприязни. Человек с подобным типом ответственности не свободен, так как корнем его поведения является потребность быть принятым родителями, а в последствии он ищет признания и окружающими. Он ответственен для других, а не перед собой. Слабый самоконтроль и внутренняя напряженность подобных личностей приводят к тому, что их ответственность может сопровождаться недисциплинированностью и несоблюдением правил.

**Характеристика «нормативной» личности.** Люди с данным типом ответственности тревожны, склонны к самоанализу, пессимистичны. В основе структуры личности данной группы людей находится избыточно выраженное «Супер- Эго», доминирующее над другими личностными подструктурами. Поэтому они испытывают страх переступить через интроецированные запреты. Для них характерно стремление к поддержке установленных понятий, норм, принципов, традиций, сомнение в новых идеях, отрицание необходимости перемен. «Нормативная» личность по жизни склонна занимать пассивно-страдательную позицию, нуждается во внимании. Подобное стремление может выражаться, прежде всего, в завоевании общественного положения или должности, открывающих доступ к широкой аудитории. «Нормативная» ответственность – это соблюдение некоторых имплицитных паттернов и правил поведения, которые зачастую совпадают с социальными нормами, что может трактоваться как социально ответственное поведение.

**Характеристика «этичной» личности.** Человек, обладающий высоким уровнем выраженности «Этичности» как формы ответственности является высоко моральным. Такой человек ответственен всегда, к выполнению любой деятельности он подходит ответственно. Осознает значимость своих поступков не только для себя, но и для других людей. Такой человек ответственен не в ущерб своим интересам, а потому, что ему искренне хочется это делать. Его деятельность контролируется только его желаниями, соответствующими его представлениям об этике и морали.

**Характеристика «самопожертвующей» личности.** Поскольку «самопожертвующий» стремится доказать свою надежность и не хочет, чтобы его контролировали, он становится очень исполнительным и взваливает на себя массу работы. Склонен втягиваться в ситуации, в которых должен кем-то заниматься, кого-то опекать, кому-то помогать. Например, контролировать одежду, внешность, опрятность своих детей и супруга, выступает посредником между двумя лицами, исполняя роль буфера в ссорах. При этом он не осознает, что, делая все для других, заставляет их чувствовать, что без него им не

обойтись. Иногда специально заботится, чтобы другие члены семьи и друзья убедились, что смогут без него обойтись.

Пока «самопожертвующий» помогает и другим, он уверен, что ему нечего стыдиться, но очень часто потом испытывает унижение оттого, что его использовали. Он почти всегда считает, что его услуги не оценены по достоинству. При этом, когда «самопожертвующий» хочет сделать все для других, он на самом деле стремится создать себе как можно больше ограничений и обязанностей. Амбиции «самопожертвующего» реализуются в достижениях других - супруга, детей, начальника на работе, друзей и т.д. При этом свою роль в подобных успехах считает скромной и мало значимой.



**«Опросник ДУМЭОЛП» (диагностика уровня морально-этической ответственности личности)**

**Инструкция:** Предлагаем принять участие в оценке особенностей Вашей личности. Для этого Вам необходимо ответить на ниже приведённые утверждения. Если Вы согласны с утверждением, то рядом с его номером поставьте "+" (да), если нет - знак "-". Если затрудняетесь ответить, то 0 (не знаю). Обращаем Ваше внимание на то, что правильность наших выводов будет полностью зависеть от искренности и точности Ваших ответов.

1. Мне кажется, что любовь в современном мире потеряла свою ценность.	
2. Я думаю, что интуитивно оценить аморальность человеческого поступка не может никто.	
3. Я думаю, что постоянный анализ своего поведения и поступков вещь нужная, но не необходимая.	
4. В жизни я больше придерживаюсь принципа: "Мне нравится", а не "Я должен".	
5. Я думаю, что такие понятия как "долг" и "честь" утратили своё первостепенное значение.	
6. Я никогда не пропускал интересных занятий в ВУЗе.	
7. Мне кажется, что бескорыстно помогать другим людям-способствовать развитию у них инфантилизма.	
8. Советоваться с внутренним голосом, решая этические проблемы, свойственно людям со слабо развитым мышлением и рефлексией.	
9. Люди, которые постоянно занимаются "самокопанием", обычно неуверенны в себе и мало адаптивны в обществе.	
10. Мне кажется, что только сильная личность способна отвечать за свою жизнь и поступки.	
11. Люди, которые постоянно борются за справедливость, на самом деле выскочки и завистники.	
12. Я никогда никому не отказываю в помощи, даже если это ущемляет мои интересы.	
13. Сочувствие и сопереживание другому человеку - это не решение проблемы, а уход от неё.	
14. Я думаю, что моментально выбрать правильное решение в сложной этической	

ситуации не может никто.	
15. Анализируя мотивы поведения других людей, я получаю удовольствие.	
16. Я думаю, что человек не может полностью отвечать за то, что с ним происходит в жизни.	
17. Если постоянно прислушиваться к голосу своей совести, можно остаться "без хлеба насущного".	
18. Я понимаю, что спорить с родителями бесполезно, поэтому никогда не делаю этого.	
19. Искренняя радость за успехи другого человека является, на мой взгляд, обратной стороной зависти.	
20. Усматривание в окружающих меня явлениях действия сил "добра и зла" кажется мне примитивным и устаревшим.	
21. Если постоянно задумываться о правильности жизни, то и жизнь может пройти мимо.	
22. Я думаю, что человек не обязан отвечать за кризисы и конфликты, произошедшие в его жизни.	
23. Общество диктует человеку свои ценности и идеалы и никуда от этого не деться.	
24. Я никогда не оцениваю людей.	
25. Обычно чувство вины свойственно людям с низкой самооценкой, неуверенным в себе.	
26. Люди, которые постоянно следуют голосу совести, выглядят смешно и не современно.	
27. Я думаю, что нужно делать дело, а не задумываться над тем, как это отразится на людях.	
28. Безответственность, иногда проявляемая человеком, бывает идёт на пользу окружающим.	
29. Я думаю, что в работе иногда нужно прибегать к принципу: "Цель оправдывает средства".	
30. Манипулировать неэтично и я никогда этого не делаю.	

### **Обработка и интерпретация результатов теста**

**Шкала 1. Рефлексия на морально-этические ситуации. (конфликты, коллизии)** - ответы "нет" на вопросы 3,9,21,27: ответ "да" на вопрос 15.

**Шкала 2. Интуиция в морально-этической сфере** - ответы "нет" на вопросы 2,8,14,20,26.

**Шкала 3. Экзистенциальная ответственность** - ответы "нет" на вопросы 4,10,16, 22,28.

**Шкала 4. Альтруистические эмоции** - "нет" на вопросы 1, 7, 13, 19, 25.

**Шкала 5. Морально-этические ценности**- ответы "нет" на вопросы 5, 11, 17, 23, 29.

**Шкала 6. Шкала лжи**- ответы "да" на вопросы 6, 12, 18, 24, 30.

Если количество баллов по шкале лжи составляют от 3 до 5 - результаты недостоверны.

Для того, чтобы выявить уровень сформированности морально-этической ответственности необходимо суммировать результаты, полученные по шкалам опросника.

**Коррекционно – развивающая программа**

**«Развитие ответственности у студентов склонных к зависимости»**

**Цель программы** – развитие ответственности у студентов склонных к зависимости.

Данная программа направлена на решение следующих **задач**:

4. Развить интернальный локус контроля;
5. Развить социально-ответственное поведение;
6. Развить личную ответственность.

**Тематическое планирование программы по развитию ответственности у склонных к зависимости студентов.**

№	Тема	Цель, задачи	Содержание
1	Вводное «Знакомство»	<b>Цель:</b> знакомство, сплочение коллектива, снятие эмоционального напряжения, коррекция застенчивости.  <b>Задачи:</b> - снятие психоэмоционального напряжения - формирование положительной установки на участии в занятии, доброжелательных отношений.	«Имя» «Сваты» «Самый»
2	«Мы понимаем друг друга.»	<b>Цель:</b> развитие навыков планирования собственных действий в различных ситуациях. <b>Задачи:</b> -Показать, как строятся законы человеческого общества. -Актуализация личностных ресурсов.	Ритуал приветствия «Гипноз» «Необитаемый остров» Рефлексия Ритуал прощания
3	«Мы вместе»	<b>Цель:</b> развить навыки эффективного общения, сплотить группу.	Ритуал приветствия

		<p><b>Задачи:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-Способствовать сплочению группы.</li> <li>-Способствовать созданию игровой атмосферы, показать участникам группы, что каждый человек индивидуальность.</li> </ul>	<p>«Баржа» «Скульптура» Рефлексия Ритуал прощания</p>
4	«Запреты»	<p><b>Цель:</b> осознание своих жизненных запретов.</p> <p><b>Задачи:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-осмысление собственных жизненных табу;</li> <li>- выработка навыка отстаивания своих жизненных ценностей.</li> </ul>	<p>Ритуал приветствия «Табу » «Шприц» Рефлексия Ритуал прощания</p>
5	«Я в будущем»	<p><b>Цель:</b> сформировать образ себя в будущем, проанализировать свои цели.</p> <p><b>Задачи:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- выработка реалистичных целей</li> <li>- формирование адекватного уровня притязаний</li> <li>-формирование адекватной самооценки.</li> </ul>	<p>Ритуал приветствия «Я в будущем» «Пусть будет, что будет»  «Планирование будущего»  Рефлексия Ритуал прощания</p>
6	«я ценю свое время и свои ресурсы»	<p><b>Цель:</b> обучиться альтернативным способам поведения в ситуациях, требующих решения поставленных задач.</p> <p><b>Задачи:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- сформировать осознание ценности времени для человека</li> <li>- показать альтернативные способы решения невыполненных ранее задач</li> </ul>	<p>Ритуал приветствия  «Доведи меня до конца» «Последний час» «Зато...»  Рефлексия Ритуал прощания</p>
7	«Кораблекрушение»	<p><b>Цель:</b> развитие коммуникативных навыков.</p> <p><b>Задачи:</b></p>	<p>Ритуал приветствия</p>

		<ul style="list-style-type: none"> <li>- Выявление конфликтных зон в группе;</li> <li>- Развитие навыков принятия совместных решений членами группы в экстремальных ситуациях.</li> </ul>	<p>Игра «Кораблекрушение»</p> <p>Рефлексия Ритуал прощания</p>
8	«Будьте собой, но в лучшем виде»	<p><b>Цель:</b> снять эмоциональную и поведенческую закрепощенность.</p> <p><b>Задачи:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-снять эмоциональную и поведенческую закрепощенность,</li> <li>-сформировать и развить навыки искренних высказываний для анализа сущности "Я".</li> <li>- отработать навык рефлексии</li> </ul>	<p>Ритуал приветствия «Вы меня узнаете » «Здесь и теперь» «Без маски»</p> <p>Рефлексия Ритуал прощания</p>
9	«Мое прошлое»	<p><b>Цель:</b> сформировать представление о значимости собственных поступков</p> <p><b>Задачи:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-проанализировать значимые жизненные ситуации;</li> <li>-развить понимание важности обдумывания собственных действий</li> </ul>	<p>«Новая ступень» «Сообщение в прошлое»</p> <p>Рефлексия Ритуал прощания</p>
10	«Завершение путешествия»	<p><b>Цель:</b> Закрепление дружеских отношений между членами группы.</p> <p><b>Задачи:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Закрепление представлений о своей уникальности.</li> <li>-Закрепление дружеских отношений между членами группы.</li> </ul>	<p>Ритуал приветствия «Моя жизнь» «Подарок»</p> <p>Рефлексия Ритуал прощания</p>

## Занятие №1.

**Тема:** «Знакомство».

**Цель:**

3. снятие психоэмоционального напряжения
4. формирование положительной установки на участие в занятии, доброжелательных отношений.

**Время:** 45 минут.

**Ход занятия:**

**1. Организационный момент.** Психолог приветствует всех участников группы. Говорит вступительное слово. Объясняет правила работы в группе.

**Правила работы в группе:**

9. Доверительное общение, обращение друг к другу по имени.
10. Соблюдение личных прав членов группы.
11. Принцип «здесь и сейчас» - говорим то, что волнует именно сейчас, и обсуждаем то, что происходит здесь в группе.
12. Не выносить за пределы группы все то, что происходит на занятиях.
13. Правило «Стоп»: если не хочешь обсуждать тему всегда можно сказать «стоп».
14. Говорим от своего имени: «Я считаю...», «Я думаю...».
15. Активность каждого участника группы.
16. Оценивается только поступок, а не личность;

**Психолог:** Здравствуйте! Сегодня мы с вами собрались для того, чтобы попробовать вместе избавиться от своих неприятностей, стать лучше, ответственной, научиться понимать себя, свои жизненные.

**2. Разминка: «Имя».**

Инструкция: «Назовите свое имя и расскажите, что оно обозначает».

**3. Основная часть. Упражнение «Сваты».**

Инструкция: «Мы все сюда пришли со своим характером, качествами. Сейчас мы расскажем о 3 основных хороших качествах».

**4. Упражнение «Самый...».**

Инструкция: «Участник, бросая мяч другому, называет его по имени, продолжая фразу «Вася, ты самый ... (смелый и т.д.)».

### **5. Ритуал прощания:**

Участники встают в круг и кладут руки на плечи друг другу. Они приветливо смотрят друг на друга и говорят: "Спасибо, до свидания".

## **Занятие №2.**

**Тема:** «Мы понимаем друг друга.»

**Цель:** развитие навыков планирования собственных действий в различных ситуациях.

**Задачи:**

-Показать, как строятся законы человеческого общества.

-Актуализация личностных ресурсов.

**Время:** 45 минут

**Ход занятия:**

### **1.Приветствие.**

### **2. «Гипноз»**

Участники располагаются в парах. Один играет роль гипнотезера, другой – гипнотизируемого. Гипнотезер медленно двигает рукой, держа ладонь перед лицом второго участника, гипнотизируемый медленно и синхронно пытается следовать за движениями руки, направляя взгляд в центр ладони. Затем участники меняются ролями. Еще более интересно выполнять упражнение в тройках, оно так же, как и предыдущее, предусматривает смену ролей.

### **3. «Необитаемый остров»**

Волею судьбы вы оказались на необитаемом острове. Здесь богатый животный растительный мир, но есть опасности: ядовитые растения, холодная зима, возможны визиты каннибалов с соседних островов. Сплоченной группой продержаться можно, а в одиночку – почти нереально. В ближайшие 20 лет вы не сможете вернуться к нормальной жизни в родные края. Ваша задача –



создать для себя условия, в которых вы могли бы выжить. Поймите серьезность и драматичность происшедшего, тем более что за такой срок люди иногда дичают, за раздражительностью вспыхивают ярость и драки насмерть. Тут не место для легкомыслия – вам нужно чем – то питаться и нужно выжить.

Настройте себя соответствующим образом, наблюдайте за собой: как проявите себя в этой жизни?

Вы должны освоить остров, организовать хозяйство. На листе бумаги нарисуйте карту острова и нанесите обозначения.

Кто ваш лидер? Какие у него рычаги власти? Вам нужно наладить социальную жизнь: наметить первоочередные дела, распределить обязанности. Каковы будут санкции за невыполнение или плохое выполнение обязанностей? Если у вас случится ситуация "стрекозы и муравья", то что муравьи скажут стрекозе? А если муравей один, а остальные – стрекозы?

Вы принимаете свои законы, религию с уже известными традициями? А если среди вас, неверующих, кто – либо верующий станет тратить время на постройку часовни и на молитвы, вместо того чтобы трудиться на огороде или воевать вместе со всеми, - как вы поступите?

Как вы будете решать задачу распределения? Всем поровну? По трудовому вкладу? Дадите больше больным и слабым? Дадите больше сильным, ибо от них больше пользы? А если один из вас, сердобольный, будет подкармливать лентяя, которого все решили не кормить?

Станет ли ваша община принимать решения большинством голосов? Могут ли мужчины, если их большинство, решать за женщин?

Каковы пределы вашей общины, будет ли она вмешиваться в частную жизнь? Имеет ли право человек никому не подчиняться и жить по – своему? А если он злой и вредит другим?

Возможен ли у вас раскол на колонии? Что делать, если одна группа начинает диктовать свои условия другой, более слабой? Если кто – то захочет жить отдельно, имеет ли он право на собственный участок острова?

Вы почти благополучно спаслись и оказались на необитаемом острове. Вы на

острове не с пустыми руками, у вас есть вещи ( треть списка), а также зажигалка с запасом жидкого газа.

Вы собрались под знаком Мудрецов, но пока вы такие, какие есть. Игра – один из способов лучше узнать друг друга в обсуждении и жизни.

#### **4. Рефлексия:**

- Какие сложности возникли при выполнении заданий?

#### **5. Ритуал прощания:**

### **Занятие №3.**

**Тема:** «Мы вместе».

**Цель:** развить навыки эффективного общения, сплотить группу.

**Задачи:**

-Способствовать сплочению группы.

-Способствовать созданию игровой атмосферы, показать участникам группы, что каждый человек индивидуальность.

**Время:** 45 минут

**Ход занятия:**

#### **1.Приветствие.**

#### **2. «Баржа».**

Студенты сидят в кругу. У психолога в руках мяч.  
- Сейчас мы все займемся тяжелым физическим трудом – будем грузить баржу. Делать мы это будем следующим образом: я назову одну из букв алфавита и какое –нибудь слово, обозначающее предмет, который в принципе может быть погружен на баржу, и брошу мяч кому – то из нас. Тот, в свою очередь, называет предмет, начинающийся на ту же букву, и отправляется мяч дальше. Делать это надо быстро, чтобы погрузка шла без задержек и с участием всех присутствующих. Иногда мы будем менять букву. Кроме того, у нас будут некоторые ограничения: на баржу нельзя грузить то, что не может быть на ней

перевезено: астероиды, айсберги, а также будем гуманистами и не будем грузить, например, аборигенов и антилоп.

### **3.«Скульптура».**

Группа делится на две части. Одна должна "вылепить" скульптуру человека с чувством собственного достоинства, другая – человека без чувства собственного достоинства. Фигура "лепится" из одного из участников, которому все участники группы придают необходимую позу, "создают" ему мимику. Каждая подгруппа выбирает "экскурсовода", который будет описывать скульптуру, рассказывать, что и как она выражает. "Экскурсанты" (члены второй подгруппы) могут соглашаться или не соглашаться, вносить свои коррективы.

### **4.Рефлексия**

- Какие возникли трудности?
- Что оказалось легче всего?
- Почему?

### **6. Ритуал прощания**

## **Занятие №4.**

**Тема:** «Запреты».

**Цель:** осознание своих жизненных запретов.

**Задачи:**

- осмысление собственных жизненных табу;
- выработка навыка отстаивания своих жизненных ценностей.

**Время:** 45 минут

**Ход занятия:**

**1.Приветствие.**

**2. «Табу»**

Ведущий ставит в центре круга небольшую шкатулку или коробочку, в которой лежит неизвестный предмет. "Там лежит то, что нельзя", - говорит ведущий. Затем он предлагает каждому как-то проявить себя в отношении этого предмета. Участники могут вставать или оставаться на месте, выражая отношение мимикой или жестами; они могут подходить к шкатулке, брать ее в руки, заглядывать внутрь, - каждый поступает так, как считает это нужным. Даже если кто-то останется на месте, ничего не предпринимая, - это тоже будет способом реагирования на ситуацию. При выполнении упражнения важно помнить, что это упражнение действия, а не объяснений, поэтому, если кто-то будет пытаться просто рассказать словами о своей позиции, задача ведущего побудить его "показать" свое отношение.

### **5. «Шприц»**

Упражнение делается по кругу.

Инструкция: тот, у кого в руках находится шприц, должен предложить соседу справа уколиться якобы имеющимся в шприце наркотиком; задача второго - отказаться; делается 3 попытки, после чего шприц передается тому, кто отказывается, и так по кругу. В конце проводится короткое обсуждение, отмечаются те варианты отказа, которые были наиболее убедительными, и те случаи, когда у "искусителя" сохранялось настойчивое желание продолжать уговоры.

### **6. Рефлексия**

- Что вы почувствовали, когда вам предлагали нарушить запрет?
- Что помогло отказаться?

### **5. Ритуал прощания**

Занятие №5.

**Тема:** «Я в будущем»

**Цель:** сформировать образ себя в будущем, проанализировать свои цели.

**Задачи:**

- выработка реалистичных целей
- формирование адекватного уровня притязаний
- формирование адекватной самооценки.

**Время:** 45 минут

**Ход занятия:**

## **1. Приветствие**

## **2. «Я в будущем»**

Каждый участник рисует себя в будущем. Происходит защита участниками своего рисунка.

## **3.«Пусть будет что будет»**

Участники рассаживаются в круг. Желательно, чтобы были удобные кресла с высокой спинкой, в которых можно откинуться назад и расслабиться. Первый участник признается в каком-либо своем страхе, опасениях, которые ему не дают покоя. Другие участники не должны критиковать эти страхи. Тот, кто может, солидаризируется с этими опасениями, признается, что он тоже переживает что-то подобное. Но он принимает некие меры. Он надеется, что они помогут. То есть он должен высказываться в духе: «Я делаю так-то, так-то, ну а дальше пусть будет то, что будет». Примеры:

– Я опасюсь, что мой карьерный путь будет развиваться, и к сорока годам я останусь вообще без зубов.

– У меня такие же опасения. Я после каждого приема пищи чищу старательно зубы. Хожу к стоматологу. Стараюсь не есть сладкого. Ну а там пусть будет, что будет.

– А меня преследует страх, что я в старости останусь один...

– И у меня такие же опасения. Я поэтому стараюсь иметь много друзей. Стараюсь со всеми поддерживать хорошие отношения. У меня много

родственников, с ними я тоже стараюсь контактировать. Когда выйду замуж, то рожу двух или трех детей. Буду им хорошей мамой. Ну а потом, в старости, пусть будет, что будет.

Если в отношении того или иного вопроса возникает дискуссия, ведущий может поддержать ее или же наоборот свернуть, если дискуссия не является продуктивной.

В этом упражнении ведущий может принимать равное участие: тоже высказывать свои страхи, предлагать контр-меры.

Время от времени ведущий затрагивает тему смелости: что надо стараться быть более смелым, поменьше жалеть себя, не лелеять свои страхи как младенца, искать новые возможности в самых кризисных ситуациях и т.д.

## **7. «Планирование будущего»**

### Инструкция

«Давайте попробуем построить картину будущего. Сейчас каждый должен определить свою цель на 5 лет вперед. Запишите эту цель у себя в тетрадях.

Комментарий 1: «Лучшее средство укрепить в себе какое бы то ни было чувство — это подолгу и как можно чаще поддерживать (в нашем сознании идеи, с которыми оно находится в связи стараться, чтобы эти идеи выступили перед нами выпукло ярко, отчетливо. А чтобы этого достигнуть, необходимо представлять себе каждую вещь конкретно, со всеми ее живыми, характерными подробностями» (Пэйо Ж., 1903, с. 60)

Комментарий 2: «Для того чтобы эмоция, желание могло приобрести - полную живость, нужно только, чтобы предмет желания сделался вполне ясен уму, так чтобы все его приятные, соблазнительные или просто полезные стороны выступили в сознании выпукло и ярко» (Пэйо Ж., 1903, с. 45).

«Вопросы алгоритма могут помочь вам нарисовать картину будущего выпукло и отчетливо. Кем вы будете через 5 лет? Какое вы получите к этому

времени дополнительное образование? Каков будет ваш ежемесячный доход ?  
Как вы будете себя чувствовать ? Какими будут ваши перспективы на будущее?

Если эти вопросы не вполне совпадают с вашими представлениями о собственном будущем, задайте себе другие. Это могут быть вопросы о ваших достижениях в бизнесе, о перспективах семейной жизни, о научных свершениях и т. п. Главное, чтобы вы смогли нарисовать действительно желанную для вас картину будущего через 5 лет. Запишите это в тетради».

## 8. Рефлексия

- Помогли ли Вам данные упражнения?
- Легко ли было говорить о своем будущем?
- Какие возникли трудности.

## 7. Ритуал прощания

### Занятие №6.

**Тема:** «Я ценю свое время и свои ресурсы»

**Цель:** обучиться альтернативным способам поведения в ситуациях, требующих решения поставленных задач.

#### **Задачи:**

- сформировать осознание ценности времени для человека
- показать альтернативные способы решения невыполненных ранее задач

**Время:** 45 минут

**Ход занятия:**

#### **1.Приветствие.**

## **2. «Доведи меня до конца»**

Ведущий объясняет, что следующее упражнение будет направлено на демонстрацию того, как важно уметь доводить начатое дело до конца.

Каждый участник по очереди рассказывает какое-либо дело, которое он когда-либо не закончил, бросил, не доделав. Группа задает уточняющие вопросы. Затем группа должна решить, как бы она на месте участника завершила бы это дело.

Ведущий должен следить за тем, чтобы не обсуждалось то, стоило ли вообще заканчивать дело.

Группа делится на подгруппы по 4 человека, выдаются карточки с написанными на них предложениями. В подгруппе участники по очереди поднимают, зачитывают эти карточки и высказываются за или против, делается короткое обсуждение.

Предложения:

- Курение должно быть запрещено во всех публичных местах
- Алкоголиков и наркоманов надо изолировать от общества
- Нужно, чтобы наркоманы получали бесплатно чистые иглы и шприцы
- Женщины, больные наркоманией или алкоголизмом, не должны иметь детей

Время на работу в подгруппах (3-5 человек) - 10-15 минут. После этого в общем кругу участники делятся результатами получившегося обсуждения. Можно наглядно на доске или ватмане представить спектр имеющихся мнений (сколько согласно человек и несогласно по отдельным высказываниям).

В ходе обсуждения обращается внимание на то, что нередко наше отношение к тому или иному явлению диктуется предрассудками и ложными представлениями, что может рождать дискриминацию отдельных категорий людей.

**3. «Последний час»** Оглянитесь на только что прошедший час, как если бы он был для вас последним часом на земле, и вы только что осознали, что умерли. Спросите себя, довольны ли вы последним часом своей жизни?



А теперь оживите себя вновь и поставьте перед собой цель в течение следующего часа (если вам посчастливится его прожить) извлечь из жизни немного больше, чем вам удалось в предыдущий час. Определите, где и когда Вам следовало действовать более разумно, а где проявлять спонтанность.

Попробуйте посмотреть на себя как бы со стороны, постепенно избавляясь от всего второстепенного, "наносного". Например, от репутации, престижа, межличностных хитросплетений, бессмысленных страстей и т.п. Упражнение удалось, если Вы начинаете ощущать потребность получать как можно больше ценного от жизни.

Постепенно Вы можете довести быстроту данной техники до буквально нескольких мгновений. Можете каждый час - когда пищат часы или бьют куранты - отводить несколько секунд на беспристрастный анализ минувшего часа и на эффективный настрой на извлечение максимальной пользы из последующего часа.

Ощущения во время проведения техники должны быть ощущениями игры. Ведь во время игры нам позволено вообще всё на свете: и умирать самому, и убивать других, и быть другого пола, видеть и слышать несуществующее, - такова суть игры. Поэтому нет ничего страшного, если Вы будете "умирать" каждый день по нескольку раз. И эффект от данной техники равен основному эффекту от других игр - жажда жизни, азарт и увлеченность.

Смысл упражнения — повысить готовность участников выделять приоритеты при планировании своих жизненных и профессиональных перспектив, а также готовность соотносить свои профессиональные цели и возможности.

Игра может проводиться как в круге (для 6—12 участников) , так и при работе с классом. Среднее время на игру — 30—40 минут. Процедура включает следующие этапы:

1. Ведущий предлагает группе определить какую-либо интересную профессиональную цель, например, поступить в какое-то учебное заведение, оформиться на интересную работу, а может даже — совершить в перспективе

что-то выдающееся на работе. Эта цель, так как ее сформулировала группа, выписывается на доске (или на листочке).

2. Ведущий предлагает группе определить, что за воображаемый человек должен достичь эту цель. Участники должны назвать его основные (воображаемые) характеристики последующим позициям: пол, возраст (желательно, чтобы этот человек был сверстником играющих), успеваемость в школе, материальное положение и социальный статус родителей и близких людей. Это все также кратко выписывается на доске.

3. Каждый участник на отдельном листочке должен выделить основные пять этапов (пять шагов), которые обеспечили бы достижение намеченной цели. На это отводится примерно 5 минут.

4. Далее все делятся на микрогруппы по 3—4 человека.

5. В каждой микрогруппе организуется обсуждение, чей вариант этапов достижения выделенной цели наиболее оптимальный и интересный (с учетом особенностей обозначенного выше человека). В итоге обсуждения каждая группа на новом листочке должна выписать самые оптимальные пять этапов. На все это отводится 5—7 минут.

6. Представитель от каждой группы кратко сообщает о наиболее важных пяти этапах, которые выделены в групповом обсуждении. Остальные участники могут задавать уточняющие вопросы. Возможна небольшая дискуссия (при наличии времени).

7. При общем подведении итогов игры можно посмотреть, насколько совпадают варианты, предложенные разными микрогруппами (нередко совпадение оказывается значительным). Также в итоговой дискуссии можно оценить совместными усилиями, насколько учитывались особенности человека, для которого и выделялись, пять этапов достижения профессиональной цели. Важно также определить, насколько выделенные этапы (шаги) реалистичны и соответствуют конкретной социально-экономической ситуации в стране, т.е. насколько общая ситуация в обществе позволяет (или не позволяет) осуществлять те или иные профессиональные и жизненные мечты.

Вполне возможно проведение данного игрового упражнения и по другим процедурным схемам. К примеру, сначала каждый выделяет пять этапов на своих листочках, затем 2—3 желающих (добровольца) выходят к доске и выписывают свои предложения, после чего в общем, обсуждении рассматриваются по порядку этапы, выписанные этими участниками и выделяется наиболее оптимальный вариант.

В другом случае, можно сразу разбить учащихся на группы и предложить им (без индивидуальной предварительной работы) составить общий вариант программы достижения намеченной цели (выписать пять шагов-этапов) для данного человека.

### **7. «Зато...»**

Тренер предлагает каждому участнику игры вкратце описать на листке бумаги какое-либо несбывшееся желание, какую-либо актуальную стрессовую или конфликтную ситуацию, неразрешенную на данный момент или запомнившуюся как трудноразрешимая (допускается анонимность авторства).

2) Затем все листки тренер собирает, перемешивает и предлагает участникам следующую процедуру обсуждения:

— каждая написанная ситуация зачитывается на группе и участники должны привести как можно больше доводов к тому, что данная ситуация вовсе не трудноразрешимая, а простая, смешная или даже выгодная с помощью связок типа:

«зато...», «могло бы быть и хуже!», «не очень-то и хотелось, потому что...» или «здорово, ведь теперь ...»;

— после того, как зачитаны все ситуации и высказаны все возможные варианты отношения к ним, тренер предлагает обсудить результаты игры и ту реальную помощь, которую получил для себя каждый участник.

### **8. Рефлексия**

- Понравились ли Вам упражнения?

- Какие возникли трудности?

## **6. Ритуал прощания**

Занятие №7.

**Тема:** «Корабле-крушение»

**Цель:** развитие коммуникативных навыков.

**Задачи:**

- Выявление конфликтных зон в группе;
- Развитие навыков принятия совместных решений членами группы в экстремальных ситуациях.

**Время:** 45 минут

**Ход занятия:**

### **1.Приветствие.**

### **2. Игра «Кораблекрушение»**

Представьте себе, что вы всей группой отправились в круиз по Средиземному морю. Но Ваш пассажирский лайнер потерпел кораблекрушение. В любой момент пароход может затонуть. Вы спускаетесь в шлюпку (на плот) и у Вас есть возможность захватить с собой необходимые предметы.

Выбрать предметы необходимо в порядке убывания значимости.

Из них можно взять только – 11 самых необходимых.

Каждый должен предложить только двух участников, кого он считает надо спасти обязательно. Аргументация выбора обязательна. Группа должна принять

решение о погрузке на спасательный плот пассажиров в порядке необходимости спасти (очередности). При этом надо определить 1-2-3 или более лиц, кто останется без плота (число указывает тренер).

#### Перечень предметов

1. Секстант;
2. Бинокль;
3. Полиэтиленовая пленка – 4 кв.м.;
4. Спички (1 коробка);
5. Барометр;
6. Канат (10 м.);
7. Зеркало (10х10 см.);
8. Топор;
9. Нож;
10. Ружье и 5 патронов;
11. Ракетница с тремя ракетами;
12. Зажигалка;
13. Ящик шоколада;
14. Ящик галетного печенья;
15. Спирт – 2-х литровая бутылка;
16. Пять 2-х литровых бутылок (пластиковых) с водой;
17. Лом;
18. Пять банок мясных консервов;
19. Рыболовецкая сеть;
20. Удочка;
21. Плот на 10 (5) человек (кол-во определяет тренер) – 2 – 5 человек должны остаться за бортом;
22. Вино – 5 бутылок стеклянных по 0,5 литра;
23. Пустая канистра на 10 л.;
24. Пластмассовая посуда (10 больших тарелок);

25. Радиоприемник на батарейках;

26. Одеядло;

### **3. Рефлексия**

- Трудно ли было Осуществлять выбор?
- Что помогло справиться?

### **4. Ритуал прощания**

Занятие №8.

**Тема:** «Будьте собой, но в лучшем виде»

**Цель:** снять эмоциональную и поведенческую закрепощенность.

**Задачи:**

-снять эмоциональную и поведенческую закрепощенность,

-сформировать и развить навыки искренних высказываний для анализа

сущности "Я".

- отработать навык рефлексии

**Время:** 45 минут

**Ход занятия:**

**1.Приветствие.**

**2. «Вы меня узнаете »**

Инструкция группе: Вы договорились по телефону о дне, времени, месте встречи и о «пароле», по которому вы узнаете друг друга. Опишите себя так, чтобы человек, которого вы встречаете, сразу узнал вас. Найдите такие признаки! Это может быть ваша привычка поправлять очки, теревить правой рукой мочку уха, или необычный жест, деталь походки. Они не должны касаться внешности, т.е. цвета волос, роста и других подобных признаков.

Время на обдумывание и письменное выполнение задания до пяти минут. Затем члены группы читают по очереди то, что они написали. Вопросы.

Рефлексия.

### **3. «Здесь и теперь»**

Ведущий предлагает каждому участнику выразить свое представление о происходящем с ним и с группой. Делать это можно в любой форме – вербально, невербально, рисунком на листе бумаги и др.

Каждый из участников группы по семибальной шкале оценивает степень своей собственной усталости, активности и интереса к происходящему.

После того, как эта процедура проделана, ведущий дает основные понятия рефлексивной работы.

### **4. «Без маски»**

Всем участникам раздаются карточки с написанной фразой, не имеющей окончания. Без всякой предварительной подготовки они должны продолжить и завершить фразу. Высказывание должно быть искренним. Если остальные члены группы почувствуют фальшь, участнику придется брать еще одну карточку.

Примерное содержание карточек:

- "Особенно мне нравится, когда люди, окружающие меня, ..."
- "Чего мне иногда по-настоящему хочется, так это ..."
- "Иногда люди не понимают меня, потому что я ..."
- "Верю, что я ..."
- "Мне бывает стыдно, когда я ..."
- "Особенно меня раздражает, что я ..."

### **5. Рефлексия**

- Какие возникли трудности при выполнении заданий?
- Понравилось ли Вам занятие?

### **6. Ритуал прощания**

## Занятие №9.

**Тема:** «Мое прошлое»

**Цель:** сформировать представление о значимости собственных поступков

**Задачи:**

-проанализировать значимые жизненные ситуации;

-развить понимание важности обдумывания собственных действий

**Время:** 45 минут

**Ход занятия:**

**1.Приветствие.**

**2. «Новая ступень»**

Участники рассаживаются в круг. Желательно, чтобы у них были удобные кресла. Если есть возможность, организуется полумрак: задергиваются шторы, закрываются жалюзи, гасится свет. Можно включить негромкую музыку (инструментальную, без слов).

Ведущий просит, чтобы кто-либо из участников вызвался рассказать про свою жизнь. Только надо рассказывать в определенной парадигме (а не так, чтобы все подряд). Надо разложить свою жизнь по ступеням. Вот первая ступень – например, я родился и был ребенком. Вот вторая ступень – я пошел в школу. И так далее. Каждый может сам определить, как разбить свою жизнь на ступени.

Когда мини-рассказ закончен, все присутствующие могут задавать вопросы примерно такого плана:

- А как ты себя чувствовал при переходе с такой-то ступени на такую?
- А на какой ты сейчас ступени? Как тебе здесь?
- Какая жизненная ступень тебе понравилась больше всего?
- Ты планируешь подняться еще на одну ступень вверх?
- На какую, как ты думаешь? Почему?



Если участник колеблется в вопросе о том, на какую следующую жизненную ступень ему следует подняться, ведущий вместе с другими участниками тренинга могут мягко и ненавязчиво укрепить его в благих начинаниях.

После этого ход переходит к другому добровольцу.

### **3. «Сообщение в прошлое»**

Ведущий предлагает участникам подумать над следующим:

– Представьте, что у вас появилась фантастическая возможность. Вы можете послать себе самому в прошлое одно SMS (то есть весьма короткое сообщение). При этом вы точно знаете, что SMS дойдет до адресата, то есть до вас, будет это ровно один год тому назад, и адресат поймет, что это вы сами себе послали, и он постарается что-то изменить в своей жизни. Какое будет ваше сообщение? Не торопитесь, обдумайте хорошо эту возможность. У вас ровно три минуты. До этого времени все дружно помолчим...

Хорошо, если в арсенале ведущего окажутся песочные часы, рассчитанные на 3 минуты – чтобы участники видели, сколько им еще осталось думать. В противном случае можно просто засечь секундомер.

Когда время истечет, свое SMS-сообщение самому себе оглашает первый участник, потом второй, третий и т.д. Если у ведущего или кого-то из участников возникнет вопрос к автору SMS, он может сразу попросить разъяснения.

В конце проводится обсуждение:

- может быть, кто-то хочет выразить свое удивление?
- могли бы мы год назад предполагать, что самым важным будет вот именно такое обстоятельство?
- любая информация обладает побуждающим эффектом, почему же мы к одним советам прислушиваемся, а к другим нет?

### **4. Рефлексия**

## **5. Ритуал прощания**

### **Занятие №10.**

**Тема:** «Завершение путешествия»

**Цель:** Закрепление дружеских отношений между членами группы.

**Задачи:**

- Закрепление представлений о своей уникальности.
- Закрепление дружеских отношений между членами группы.

**Время:** 45 минут

**Ход занятия:**

#### **1.Приветствие.**

#### **2. «Моя жизнь»**

Все садятся вокруг стула, на котором стоит горящая свеча. Свет потушен.

- Любой из вас может сейчас выйти и взять эту свечку. Вы сядете и поднимите эту свечку на уровне своих глаз. Вы будете смотреть только на свечку, а не на тех, кто будет задавать вам вопросы. А вам будут задавать вопросы – о вас. На этот стул может сесть каждый – каждый из тех, кто возьмет на себя обязательство отвечать на любой вопрос максимально откровенно. Если вы боитесь каких – либо вопросов и не уверены, что на любой вопрос ответите искренне, вам не нужно выходить и садиться на этот стул.

Психологу очень важно создать вдумчивую, немного таинственную атмосферу, где неуместны пустые развлечения. Стоит подсказать группе, что задавать вопросы надо не случайные, а исповедные.

#### **3. «Подарок»**

Сядем в круг. Пусть каждый из вас по очереди сделает подарок своему соседу слева (по часовой стрелке). Подарок надо сделать (вручить) молча

(невербально), но так, чтобы ваш сосед понял, что вы ему дарите. Тот, кто получает подарок, должен постараться понять, что ему дарят. Пока все не получают подарки, говорить ничего не надо. Все делаем молча.

Когда все получают подарки (круг замкнется), тренер обращается к тому участнику группы, который получил подарок последним, и спрашивает его о том, какой подарок он получил. После того как тот ответит, тренер обращается к участнику, который вручал подарок, и спрашивает о том, какой подарок он сделал. Если в ответах есть расхождения, нужно выяснить, с чем конкретно связано непонимание. Если участник группы не может сказать, что ему подарили, можно спросить об этом у группы.

#### **4. Рефлексия**

#### **5. Ритуал прощания**

**Лекция на тему: «Профилактика и коррекция зависимых форм поведения»**

Вся работа по предупреждению и лечению зависимого поведения должна строиться на основе принципа системности.

В настоящее время разработаны вопросы профилактики исключительно химических видов зависимости (и то далеко не всех: мер по профилактике пищевой зависимости не существует).

Профилактика химической зависимости – это комплекс мер, направленных на всю совокупность био-психо-социальных факторов риска развития болезни [55]. Существуют три уровня политики в отношении наркотических средств:

– **Международный.** Мировая политика в отношении наркотических средств определяется международными конвенциями и соглашениями между государствами о сотрудничестве в проблемной сфере. В конвенциях сформулированы основные принципы разрешения различных аспектов о психоактивных веществах. Например, конвенция ООН «О борьбе против незаконного оборота наркотических средств и психотропных веществ» 1988 года.

– **Государственный.** Национальная политика сохраняет некоторые свои особенности в зависимости от традиций, актуальной наркологической ситуации в конкретной стране, которые отражаются в национальном законодательстве, решениях правительства, специальных программах по борьбе с распространением наркотиков. В России это, например, Федеральный закон «О наркотических средствах и психотропных веществах» 1997 года, Федеральная программа «Комплексные меры противодействия злоупотреблению наркотиками и их незаконному обороту», и др.

– **Общественный.** Большое значение имеют общественные инициативы при поиске путей решения проблемы вне официальных институтов. Энтузиасты создают свои социальные, профилактические, лечебные программы, например «Врачи против наркотиков».

Государственная политика в отношении профилактики наркомании может быть охарактеризована как либеральная, репрессивная или рестриктивная.

1) **Либеральная.** Результаты политики легализации психостимуляторов в Швеции в 1965 – 1967 годах таковы: рост наркомании среди несовершеннолетних за год в два раза, рост смертности от передозировки. Достаточно оказалось двух лет, чтобы Швеция изменила свою государственную политику на рестриктивную. На Аляске (США) в течение 10 лет (1980 – 1990) был легализован гашиш, и количество его курильщиков в два раза превысило их число в других штатах. Опыт таких стран, как

Голландия, Дания, где легализована марихуана (разрешено иметь при себе небольшое количество конопли «для личного пользования»), является ещё более трагичным. Этот эксперимент над собственным народом породил рост количества несовершеннолетних наркоманов, рост употребляющих среди групп риска, ухудшение криминогенной обстановки, появление обширной сети мелкого и крупного наркобизнеса. В странах с такой политикой основное внимание уделяется тому, как обезопасить от последствий употребления наркотиков здоровую часть общества, при этом не предпринимаются попытки подтолкнуть человека к прекращению приема наркотиков.

2) Репрессивная. В странах с этим видом политики существует жесткая система наказания за торговлю наркотиками и принудительное лечение для наркозависимых. В Сингапуре предусмотрена смертная казнь за торговлю наркотиками. В Пакистане, Иране, Египте, Англии, Франции предусмотрено длительное тюремное заключение за продажу наркотиков. Во Франции наркозависимым предлагают или принудительное лечение в течение двух лет, или тюремное заключение на два года, в Греции – от 2 до 5 лет тюрьмы за личное употребление наркотиков или принудительное лечение. В этих странах как альтернатива наказания – лечение. В этих государствах уровень потребления наркотиков сравнительно низкий, поэтому нельзя назвать репрессивную политику неудачной.

3) Рестриктивная. Профилактические программы в рамках рестриктивной политики приняты в Канаде, США, Швеции, Германии. Политику этих стран называют «сдерживающей». В её рамках предполагается: запрет и строгий контроль над незаконным оборотом наркотиков, интенсивная превентивная работа, гуманное отношение к больным – «лечение вместо наказания» с использованием комплексной специализированной медицинской помощи. Эта политика представляется самой гуманной и перспективной.

Согласно классификации Всемирной организации здравоохранения профилактику принято разделять на первичную (направленную на предупреждение болезни), вторичную (цель – задержать развитие болезни) и третичную (предотвращение осложнений, инвалидности).

Основой всей противонаркотической работы является первичная профилактика. Её целями являются:

1) изменение ценностного отношения детей и молодежи к наркотикам, формирование личной ответственности за свое поведение, обуславливающие снижение спроса на психоактивные вещества в детско-молодежной популяции;

2) сдерживание вовлечения детей и молодежи в прием наркотических средств за счет пропаганды здорового образа жизни, формирования антинаркотических установок и профилактической работы с сотрудниками образовательных учреждений.

В первичной профилактике используются в основном следующие методы:

- система запретов и наказаний,
- санитарное просвещение,

– выявление групп риска аддиктивного поведения (вспомогательный прием).

Система запретов и наказаний на законодательном уровне разработана в отношении наркотиков: в России существует уголовное преследование за изготовление, распространение, хранение наркотических веществ.

В отношении алкоголя действенными считаются три основных метода из системы запретов: повышение цены на алкогольные напитки, запрет рекламы, контроль над продажей.

Система первичной профилактики разработана в основном для детей и молодежи, как группе, наиболее подверженной риску возникновения зависимости, и в то же время наиболее податливой к профилактическому воздействию.

В настоящее время созданы и активно внедряются разнообразные программы работы с молодежью по профилактике наркотической зависимости. Это, например, серия «Работающие программы», подготовленная научно-методическим центром «Диагностика. Адаптация, Развитие» им. Л.С. Выготского Министерства образования РФ в г. Москве; учебно-профилактическая программа «Перешеек», разработанная доктором психологических наук В.А. Ананьевым в Санкт-Петербурге; пособие для родителей «Рука в руке», созданное сотрудниками Тюменского областного наркологического диспансера И.И. Казанцевым и Н.С. Каравановой; программы зарубежных ученых (например, модель обучения здоровому образу жизни Э. Чарлтона).

В программах на основе научных данных и обширного опыта работы с наркозависимыми авторы предлагают тренинги, уроки, конкретные рекомендации по предотвращению возникновения и развития зависимости. Анализ существующих разработок представляет отдельную важную задачу для специалистов-психологов.

Это позволило бы выявить наиболее конструктивные предложения авторов программ, синтезировать лучшее из накопленного опыта. Приведем пример таких интересных практических находок: описание возможных ошибок, которые не следует допускать, работая в области антинаркотического просвещения:

- использовать тактику запугивания, так как она неэффективна;
- искажать и преувеличивать негативные воздействия психоактивных веществ на организм;
- использовать в работе материалы, оправдывающие экспериментирование с наркотиками;
- использовать материалы, иллюстрирующие способы изготовления, использования нелегальных наркотиков;
- разовых выступлений, пробуждающих нездоровое любопытство (только комплексная и систематическая работа);
- ложной информации (даже после однократной подачи ребята больше не поверят);

– упоминать о культурных предпосылках употребления наркотиков (употребление не оправдываем никакими причинами);

– использовать в качестве образца для подражания выздоравливающего наркомана («он жил с наркотиками и смог отказаться, значит, можно попробовать»);

– использовать материалы, утверждающие, что употребление наркотиков – личное дело каждого;

– говорить о безопасных способах употребления наркотиков;

– подчеркивать «положительные эффекты» наркотиков .

## **5.2. Психотерапевтические модели коррекции зависимого поведения**

Выделяют следующие этапы лечения химической зависимости:

1) начальный, который заключается в прерывании злоупотребления и терапии абстинентного синдрома;

2) активное противоалкогольное или противонаркотическое лечение, направленное на снятие патологического влечения к наркотику (терапия различных проявлений психической зависимости);

3) поддерживающее и противорецидивное лечение, направленное на максимальное во времени воздержание от употребления алкоголя и наркотиков;

4) реабилитационные мероприятия, направленные на ресоциализацию и устранение медицинских последствий злоупотребления алкоголем и наркотиков.

Психологи и психотерапевты приступают к систематической работе, как правило, на втором этапе лечения. Обязательным компонентом лечения и периода ремиссии являются все виды психотерапевтического воздействия на личность, страдающую зависимостью. При этом психотерапия занимает ведущее место в системе лечебных мероприятий.

Психотерапия – комплексное воздействие с помощью психических средств на психику зависимой личности, а через неё на весь организм с целью устранения болезненных симптомов и изменения отношения к себе, своему состоянию и окружающей среде.

Общепринято, что без применения психотерапии добиться сколь угодно значительных и долговременных результатов в лечении больного химической зависимостью невозможно.

Наибольший психотерапевтический опыт накоплен в сфере лечения химической, в частности алкогольной зависимости. Принципы, схемы и методы лечения алкоголизма с необходимыми дополнениями используются и при избавлении от других видов зависимости.

Принципы лечения химической зависимости:

1) непрерывность и длительность, 2) максимальная дифференциация в зависимости от клинических и микросоциальных факторов, 3) комплексность в использовании различных методов и подходов, 4) ориентация на полное воздержание от ПАВ как в процессе лечения, так и в будущем, 5) этапность и преемственность лечебных мероприятий.

Трудности в психотерапевтической работе с зависимой личностью:

– работа требует использования разнообразных методов и средств, привлечения различных специалистов, а следовательно, и больших материальных затрат:

– не существует способа, который бы позволял полностью излечиться от психической зависимости, а именно она является главной причиной рецидива болезни;

– в целом, эффективность лечения тяжелых форм наркоманий и алкоголизма достаточно низкая;

– личностные особенности зависимых больных препятствуют эффективному лечению.

Это, во-первых, психологические защиты, которые проявляются в анозогнозии – отказе признать себя больным, а значит, и в отказе лечиться. Поэтому отдельной задачей является мотивирование зависимого больного на лечение. Психологические защиты не позволяют психотерапевту установить искренний доверительный контакт с больным, без которого невозможна продуктивная работа.

Часто больные считают, что в глубине души психологи и врачи, разговаривающие с ними, либо жалеют их, либо презирают, оттого контакты «со специалистами» для многих алкоголиков и наркоманов невыносимы. Чем выше интеллект больного, чем многограннее его личность, чем он талантливее, тем труднее проводить с ним психотерапию. Дело в том, что проблемы такого больного очень глубоки, а психологические защиты изощренны.

Во-вторых, причины психологических проблем, приведших человека к зависимости, вроде лежат на поверхности, однако на самом деле имеют очень глубокие корни. Для серьезного лечения больного необходимо подробное изучение истории его анамнеза, выявление психотравм, полученных в течение жизни, в том числе в раннем детстве, психологическое исследование особенностей его психических функций, личности. И проделывать эту огромную работу должен клинический психолог.

В-третьих, существуют личностные варианты (типы) недеградированных зависимых больных, с которыми надо проводить различную индивидуальную психотерапевтическую работу;

– у человека, страдающего зависимостью, формируются стойкие поведенческие стереотипы, а также в случае химической зависимости, биохимические изменения в организме, делающие невозможным осуществление заветной мечты любого алкоголика или наркомана: «пить как все», «колоться изредка» и т.п. Незначительная доза ПАВ сводит на нет все лечение, всё необходимо начинать сначала;

– поведенческие стереотипы возникают не только у алкоголика и наркомана, но и у членов его семьи, многие из которых на бессознательном уровне решают за счет его химической зависимости свои личностные проблемы, и также неосознанно поддерживают его пристрастие и могут



препятствовать психотерапии, чтобы сохранить стереотип семейных отношений.

В современной науке отсутствует единая четкая классификация методов психотерапии. Вариантами классификаций являются деления методов на групповые и индивидуальные, рациональные и эмоционально-стрессовые, когнитивные и поведенческие, гипносуггестивные, аутогенные и др. Проблема анализа и описания методов психотерапии зависимости в настоящее время актуальна как никогда. Вместе с тем накоплен значительный опыт лечения только отдельных видов зависимостей, главным образом химических.

На примере алкогольной зависимости схематично опишем наиболее распространенные в практике методы работы с больными

### **Гипносуггестивная психотерапия**

Является базовым методом лечения алкогольной зависимости и используется в совокупности с другими методами. Первое сообщение о лечении алкоголиков гипнозом сделал в 1885 году французский психиатр Вуазен из Гренобля. В России использование гипноза в лечении алкоголиков привлекло внимание психиатров вскоре после первых зарубежных публикаций. Отечественные врачи успешно применяли как коллективный, так и индивидуальный вариант этого метода. В лечебных внушениях акцент ставится на раскрытии пагубности зависимого поведения для личности. В настоящее время разработано множество модификаций гипноза, он используется в комплексном лечении зависимого поведения, наряду с другими методами.

Новый вариант суггестивной психотерапии был предложен В.Г. Ивановым и Т.Р. Изсановым. Сеанс предусматривает демонстрацию на видеомониторе видеоролика по типу «сафари», каждый 25-й кадр которого содержит текст с суггестивной формулировкой. Основное содержание суггестии должно укладываться в установки общего оздоровления, нормализации обмена веществ, упорядочивание энерго-информационных процессов в нейрональных структурах головного мозга, а главное, на мотивацию отказа от алкоголя в силу наступающего безразличия к нему и формирования позитивно-направленной личности. Поиск нового подхода к психотерапии алкоголизма представляется авторам эффективным, так как, минуя корковый анализатор, информационное воздействие направляется в эволюционно более древние образования центральной нервной системы, по сути ответственные за образование влечений.

### **Психотерапевтическая триада В.М. Бехтерева**

Психотерапевтический метод, предложенный В.М. Бехтеревым, включает убеждение, гипнотерапию и самоубеждение. Форма массового лечения алкоголиков заключалась в следующем: больные размещались в

аудитории так, чтобы можно было проверить их гипнотическое состояние. Пациентам в сжатых, но ярких образах с использованием рисунков и таблиц описывали вред, который приносит злоупотребление спиртными напитками. С помощью гипнотического внушения Бехтерев вселял в больных уверенность, что они могут восстановить свое здоровье, но для этого необходимо прекратить употребление спиртных напитков. Для проверки гипнотического состояния он вызывал катаlepsию у каждого больного поодиночке и оставлял в этом состоянии на время всего сеанса. По пробуждении давалась инструкция по осуществлению самовнушения.

### **Эмоционально-стрессовая психотерапия В.Е. Рожнова**

Теория и практика эмоционально-стрессовой психотерапии созданы в 70 – 80-е годы XX века. Психотерапевтическое понимается как система активного лечебного вмешательства, цель которого – заставить человека на эмоционально предельном уровне пересмотреть, а в ряде случаев – радикально изменить отношение к себе, своему состоянию и к окружающей среде. Стрессовые эмоциональные состояния являются фактором активности и стимулирования жизненных сил через подъем настроения, вдохновение, осознание себя действующей полезной личностью. Психотерапия адресуется как к сознанию больного, так и к системе взаимоотношающего синергизма сознания и бессознательного.

Вся система мероприятий в эмоционально-стрессовой психотерапии делится на три этапа: первый – дезинтоксикационный, второй – активное противоалкогольное лечение, третий – поддерживающая психотерапия, которая может продолжаться несколько лет. Были разработаны три основные методики, использующие эмоциональные каналы на уровне положительного, оздоравливающего стресса.

1) Методика сократического диалога – система эмоционально-насыщенной рациональной психотерапевтической беседы, во время которой врач подводит больного к осознанию беспочвенности своих болезненных опасений и необоснованных страхов. Больной получает возможность самостоятельно разобраться в себе, сложившихся у него отношениях со своим окружением. Такая психотерапия дает наиболее ощутимый и стойкий эффект, который особенно прочен, поскольку больной самостоятельно пришел к положительным выводам.

2) Суть эмоционально-стрессовой аутогенной тренировки состоит в максимально интенсивной охваченности той оздоровительной целью, которую ставит перед собой человек, занимающийся преодолением своей болезненной симптоматики.

3) Методика удлиненного гипноза заключается в том, что больного вечером погружают в гипноз, который затем переходит в естественный, ночной, сон. В этом случае торможение меняющейся глубины и распространенности помогает восстановлению работоспособности нервных клеток.

### **Стрессопсихотерапия А.А. Довженко («кодирование»)**

Сущность этого суггестивного метода состоит в создании психологической установки на длительное воздержание от алкоголя, которое создается путем применения комплекса психотерапевтических приемов и подходов, «материализованных» посредством физиогенных (стрессовых) воздействий, направленных на активизацию эмоциогенных механизмов мозга и инстинкта самосохранения. На первом, вводном, этапе применения метода фиксируется и укрепляется установка на лечение, доверие к методу, убежденность больного в безусловно положительном результате лечебного эффекта с помощью косвенного внушения, механизмов психической индукции и сенсibilизации. Задачи второго этапа – актуализация инстинкта самосохранения, снятие «анозогнической» инертности, формирование «культы личности» психотерапевта, иллюстрация его исключительных волевых способностей, объяснение механизма положительного эффекта проводимой терапии, подготовка больных к следующему этапу лечения. На этой стадии проводятся групповые занятия в течение 1,5 – 2 часов с последовательным применением ряда психотерапевтических приемов (рациональная психотерапия), осуществляемых на фоне гипноидных внушений, формула которых заключается в том, что не воля больного, а воля психотерапевта избавляет от недуга.

В наглядно-конкретной, эмоциональной форме с элементами драматизации раскрываются возможные негативные последствия нарушения больным режима трезвости. В мозгу у больных формируется устойчивый очаг возбуждения, который блокирует влечение к алкоголю на длительные сроки. Процедура «кодирования» на третьем этапе представляет собой императивное внушение, осуществляемое на фоне физиогенных воздействий, которые усиливают психотерапевтический эффект предыдущих этапов.

Довженко объясняет формирование отрицательного отношения к алкоголю появлением сильных и стойких очагов возбуждения в эмоциогенных системах мозга. Возбуждение нарастает при воздействии физиогенных факторов. В результате очаг возбуждения в отрицательных эмоциогенных системах мозга вступает в конкурентные отношения с патологической интеграцией влечения к алкоголю и по механизмам доминанты блокирует его.

### **Эмоционально-эстетическая психотерапия Г.И. Григорьева**

Модификация метода Довженко – массовая эмоциональная психотерапия, которая появилась в 90-х годах XX века. Сеанс с числом пациентов до 600 человек состоял из последовательных этапов: беседа врача с аудиторией, проповедь священника, антиалкогольная служба, напутственное слово священника и сеанс «кодирования» Довженко. Вместо одного психотерапевта работала бригада врачей-психотерапевтов. Стремление приблизить методы психотерапии к храмовым ритуалам привело к устранению из формулы внушения устрашающих и запугивающих элементов.

Лечебное действие метода определяется интегративным психотерапевтическим эффектом приемов суггестии, групповой гипносуггестии, рациональной психотерапии, игровой психотерапии, имаготерапии, музыкотерапии, поведенческой психотерапии, катарсической психотерапии, ритуальной театрализации, эстетики. Ритуальные составляющие метода создают экстатический эмоционально-психологический настрой, делают более тесным контакт врача с аудиторией. Имеет значение и собственная вера больного в духовное возрождение, потенцирующая психотерапевтическое воздействие.

### **Аверсивная, или условно-рефлекторная, психотерапия**

В основе многих методик лежит выработка отвращения к запаху, вкусу, виду алкоголя и даже его словесному обозначению. У больного вырабатывается негативный условный рефлекс на алкоголь посредством сочетания алкоголя с фармакологическими препаратами, вызывающими тошнотно-рвотную реакцию, с препаратами, приводящими к задержке дыхания или в сочетании с болезненной электростимуляцией.

### **Рациональная психотерапия**

Это метод, в котором используется логическая способность пациента проводить сопоставление, делать выводы, доказывать их обоснованность.

Основными формами и в некотором смысле этапами рациональной терапии являются:

– объяснение и разъяснение, включающие истолкование сущности заболевания (зависимости), причин его возникновения. В результате достигается более ясная, определенная картина болезни, открывающая пациенту возможность более активно самому контролировать свою болезнь;

– убеждение – коррекция не только когнитивного, но и эмоционального компонента отношения к болезни, способствующая переходу к модификации личностных установок больного; – переориентация – достижение более стабильных перемен в установках больного, связанное с изменением в системе его ценностей и выводящее его за пределы болезни;

– психологика – переориентация более широкого плана, создающая позитивные перспективы для пациента вне болезни.

**Рациональная психотерапия может проводиться как в индивидуальной, так и в группой форме.**

Индивидуальная рациональная психотерапия начинается с первого контакта. Цель – достижение исподволь, недирективным путем, осознания человеком бесперспективности его будущего при продолжающемся злоупотреблении, мотивов и факторов, толкнувших его к нему, а при наличии зависимости – необходимости лечения и воздержания. Необходимо обращаться к сохранному в личности – оставшимся привязанностям,

увлечениям; информировать об опасных осложнениях злоупотреблений, рассказать о причинах возможных рецидивов и о том, как их избежать.

### **Психотерапия по методу Г.А. Шичко**

Алкоголизм в концепции Шичко – психическое расстройство, которое заключается в формировании в личности определенного алкогольного комплекса (субличность больного). Алкогольный комплекс включает настроенность на употребление и программу употребления алкоголя, противоалкогольные убеждения, привычку к употреблению и алкогольную потребность.

Настроенность, программа и противоалкогольные убеждения образуют противоалкогольную запрограммированность, которая заключается в искажении сознания ложными противоалкогольными сведениями и вынуждает человека употреблять спиртное. Шичко предположил, что решающими моментом в избавлении от алкогольной зависимости является освобождение от алкогольных установок, убеждений и программ. Когда они разрушаются, человек автоматически перестает употреблять алкоголь, а алкогольные привычки и потребность употреблять алкоголь быстро угасают.

Никакой специальной работы по подавлению потребности в алкоголе проводить не нужно. Это возможно только при глубоком качественном самоанализе и высокой активности личности.

При действительном освобождении от алкоголизма происходит оздоровление, исцеление и освобождение личности. Оздоровление – понятие, характеризующее процесс повышения уровня психического и физического здоровья. Исцеление – восстановление гармонической целостности личности, устранение внутренних противоречий между отдельными структурами личности, приведение субличностей в гармоничное, непротиворечивое состояние.

Освобождение – восстановление в индивиде возможности осознанно принимать решения в ситуации, связанной с приемом алкоголя, снятие осознаваемых или неосознаваемых побуждений к приему алкоголя, обретение чувства внутренней свободы от алкоголя.

Метод обладает возможностью полностью избавлять человека от алкогольного комплекса и устранять дефекты характера, возникшие вследствие многолетнего употребления алкоголя. Это достигается путем ориентации на систематическую работу по физическому и нравственному оздоровлению, которая должна продолжаться после окончания курсов практически постоянно. В результате формируется равнодушное отношение к алкоголю, складывается установка на укрепление физического и нравственного здоровья, улучшаются взаимоотношения в семье, раскрывается творческий потенциал личности.

Роль программистов могут играть пьющие люди, родители, родственники, средства массовой информации, и др. Шичко переводит процесс отрезвления алкоголиков из сферы медицинской в педагогическую.

Г.А. Шичко пришел к выводу, что внушению быстрее поддаются люди в состоянии бодрствования, при активно работающем сознании, поэтому гипнозу не нужна мистическая основа (эффектные взмахи рук, страшные глаза и другие театрализованные процедуры), не нужен сонный пациент. Задача гипноза – в высшей сосредоточенности.

Целью метода является проникновение в сознание с помощью слов, разрушение прежней цели суждений, возбуждение протеста и закладка основ новых убеждений.

Группа, как правило, набирается около 20 человек. Цикл занятий – 10 дней. Успех отрезвления достигается при соблюдении нескольких правил:

- посещение всех 10 занятий;
- выполнение письменных работ (анкеты, дневники, аутоанамнез, сочинения на алкогольные темы) необходимо потому, что во время фиксации мыслей, графического воспроизводства своего состояния, когда слова не только произносятся, слышатся, но ещё и зрительно воспринимаются, воспроизводятся на бумаге, происходит процесс перепрограммирования сознания, замена «питейного мусора» трезвенной убежденностью.

В дневнике человек должен описывать события истекающих суток, что проводится ежедневно перед сном. Аутоанамнез предполагает описание привыкания к алкогольным напиткам, процесса превращения в пьяницу и попыток избавиться от алкоголизма. Написание сочинений на противоалкогольные темы считается важным и эффективным приемом очищения (например, тема «Вредное влияние алкоголя на мое здоровье и мозговую деятельность»);

- внимательное прослушивание и запоминание материала занятий;
- конспектирование важных сведений;
- заучивание основных положений, формулировок и статистических данных и др.

### **Аналитико-преобразующий метод Б.С. Братуся**

Помимо суггестивных средств и наркопсихотерапии имеются методы, основанные на глубоком личностном анализе больного. Одним из таких подходов является аналитико-преобразующий подход, предложенный Б.С. Братусем. На основе психологического анализа, квалификации исследуемой реальности автор предлагает строить методы её преобразования, результаты применения которых, в свою очередь, проверяют и корректируют ход психологического анализа.

Первая задача психолога – анализ личностных изменений, выявление внутренних механизмов движущих противоречий развития, структуры мотивационно-потребностной сферы. Содержание следующего этапа работы – рефлексия различных психологических подходов, задач, сфер применения, определение, к какого рода реальностям возможно применение созданных теоретических представлений. Последний этап – нахождение, разработка и апробация различных техник, диагностических и психокоррекционных

методов, с помощью которых можно успешно провести намеченное преобразование реальности. Одновременно заключительный этап является проверкой теоретических построений, выводов первых двух этапов.

Обычные способы лечения сводятся к выработыванию условно рефлекторно или с помощью специальных препаратов непереносимости, отвращения к запаху и вкусу спиртного. Традиционная психотерапия дополняет это проведением бесед о вреде и пагубности алкоголя. Эти методы направлены на подавление физических, физиологических компонентов влечения и на осуждение пьянства как порока, тогда как вся сложная, деятельностно опосредованная подоплёка пьянства, привычные, выработанные с годами установки и способы восприятия мира остаются почти незатронутыми. Формирование деятельности, ориентированной на реальность, является задачей воспитания и коррекции личности. Мысль о необходимости перевоспитания, душевного перерождения как важнейшего условия избавления от алкоголизма высказывалась уже давно. В 1886 году С.С. Корсаков писал, что нельзя излечить лишь изоляцией от алкоголя, сколь бы длительной она ни была. Можно продержатъ пьяницу и год, и два, но, когда он выйдет, то вновь будет пить, если только за это время не дать ему нового душевного содержания. Задача привития этого качества по существу психолого-педагогическая.

Построение методики преобразования исследованной реальности в случае больных алкоголизмом сводится к методике формирования установки на трезвость, рассчитанной на применение в наркологических отделениях психиатрических клиник.

Основная задача методики – поэтапный перевод диффузного, неопределенного мотивационно-потребностного состояния, с которым поступает человек в психиатрическую клинику, в качественно иной психологический ранг – ранг полноценной потребности в трезвой жизни, как опоры, основы для создания подлинной трезвеннической установки взамен имевшейся.

Задача реализуется в четыре этапа. Первый – мотивационный – ставит целью создания у больных высокой личностной, эмоциональной заинтересованности в предлагаемых психокоррекционных занятиях. На втором – ориентировочном – вводится как можно больше мотивов трезвеннической жизни, потенциально способных определить существующее потребностное состояние. На третьем – собственно установочном – на основе достижений ориентировочного этапа должны сформироваться личностно-приемлемые для данного пациента мотивы трезвеннической жизни, индивидуальная форма трезвеннической установки. Четвертый этап, последний, названный деятельностным, заключается в разработке для каждого пациента развернутых планов организации будущей трезвой жизни. Сквозной для реализации всех этих этапов является деятельность группового общения.

### **Личностно-ориентированная психотерапия**

Предложена Б.М. Гузиковым и соавторами. Основой этого подхода является осознание и реконструкция личностных отношений.

Общая цель психотерапии – обращение к лучшим, наиболее значимым для пациента, страдающего алкоголизмом, ценностям отношениям, оказание влияния на его представление о себе, самооценку, деформированную злоупотреблением алкоголя, изменение её в терапевтическом направлении, преодоление анозогнозии.

Групповая психотерапия при алкоголизме выступает в качестве важнейшего звена комплекса лечебно-восстановительных мероприятий наряду с медикаментозной терапией, трудотерапией, социотерапией, гипнотерапией, аутогенной тренировкой.

План занятий психотерапевтической группы включает следующие темы.

1) Алкоголизм как болезнь, её симптомы. Этапы формирования патологической зависимости от алкоголя. Алкогольные психозы.

2) Виды медикаментозного лечения алкоголизма. Психотерапия и самовоздействие – основа лечения больных алкоголизмом.

3) Влияние изменений личности при алкоголизме на отношение больных к своему пьянству, на их представление о себе, на взаимоотношения в семье, на отношение к работе.

4) Необходимость полного воздержания от употребления алкоголя после прекращения лечения. Способы преодоления трудностей, возникающих в трезвеннической жизни. Необходимость поддерживающего лечения и контактов членов группы.

В отличие от рациональной психотерапии дискуссия дополняется другими психотерапевтическими приемами – разыгрыванием ролевых ситуаций, проективным рисунком, чтением и совместным обсуждением литературы. Большое значение имеет биографическая ориентация, составление письменных самоотчетов.

Личностно-ориентированная групповая психотерапия основывается на использовании психотерапевтического потенциала, заложенного в групповой динамике, взаимодействии пациентов в группе, позволяя успешнее решать задачи восстановления нарушений системы жизненных отношений и самооценки пациента.

### **Общество Анонимных алкоголиков (АА)**

Общество Анонимных алкоголиков (АА) было образовано в США в 1935 году, и с тех пор благодаря программе АА с алкоголем порвало свыше одного миллиона человек, проживающих в 114 странах мира. Деятельность организации построена на добровольных началах и не имеет четкой организационной структуры. В общество входят мужчины и женщины, объединённые общей целью – вести трезвый образ жизни и помогать алкоголикам, обращающимся к ним за помощью, бросить пить. Тысячи



мужчин и женщин, участвующих в деятельности АА в последние годы, не просто добровольцы, но бывшие алкоголики – их желание и готовность помочь алкоголикам связаны с желанием содержать себя в трезвости, которое в огромной степени подкрепляется постоянным контактом с алкоголиками, решившимися на лечение. Всё построено на взаимопомощи. Поборниками программ АА являются врачи и духовенство всех мировых религий.

Что касается определения алкоголизма как явления, большинство членов АА сходятся на том, что это прогрессирующая болезнь, от которой невозможно излечиться полностью, но которую, как и ряд других болезней, можно поставить под контроль. Исходя из этого, многие члены АА считают, что болезнь эта представляет собой сочетание физической восприимчивости и психической зависимости от алкоголя и что, к каким бы последствиям эта болезнь ни приводила, излечиться от неё с помощью одной только силы воли невозможно. Члены АА полагают, что ничего безнравственного в алкоголизме, как и в любом другом заболевании, нет. И если кто-то заболевает, то волевой он человек или безвольный, значения не имеет, так как болезнь лишает его свободы выбора в вопросе «пить или не пить». Необходимо, чтобы человек осознал то, что болен, воспользовался предлагаемой помощью и имел желание выздороветь. Опыт АА показывает, что программа выздоровления оказывается успешной во всех тех случаях, когда алкоголики искренне стремятся бросить пить.

Члены АА полагают, что есть только алкоголики и неалкого-лики, не может быть умеренного алкоголика. И только сам человек может определить, зависит он алкоголя или нет. Также, если человек становится алкоголиком, то это уже навсегда, и даже если он и воздерживается от употребления спиртных напитков на протяжении многих месяцев, а то и лет, вернуться к тому, чтобы просто «пропускать по рюмочке» в компании, он уже не сможет. Программа АА построена на том, что любой алкоголик, приходя на собрания местной группы, может лучше понять не только то, что с ним происходит, но и как с этим бороться. Приходя на собрания, человек попадает в окружение людей, которые, как и он, на собственном опыте познали, что такое алкоголизм, стремятся от

него излечиться и оказывают друг другу моральную поддержку. Кроме того, собрания группы помогают людям избавиться от одиночества, которое подчас является одной из основных причин, приводящих к алкоголизму. Вся программа АА всегда строилась и строится на принципе анонимности. Сердцевиной программы АА является описание этапов, которыми необходимо строго и неотступно следовать, так называемые «Двенадцать шагов»:

1) Мы признали свое бессилие перед алкоголем; признали, что потеряли контроль над своей жизнью.

2) Пришли к убеждению, что Сила, более могущественная, чем наша собственная, может вернуть нам здоровье.

3) Приняли решение отдать нашу волю и наши жизни под защиту Бога, как мы его понимаем.

4) Произвели глубокое и смелое исследование своего поведения.

5) Признались перед Богом, перед собой и перед другим человеком в сущности своих ошибок.

6) Были полностью готовы к тому, чтобы Бог избавил нас от всех этих отрицательных черт характера.

7) Смиренно попросили Его исправить эти наши недостатки.

8) Составили список всех тех лиц, кому мы причинили зло, и приготовились возместить им всем причиненный нами ущерб.

9) Лично возместили ущерб всем этим лицам, где только возможно, кроме тех случаев, когда возмещение принесло бы им или другим людям вред.

10) Продолжали критически наблюдать за своим поведением, и когда мы ошибались, то своевременно признавали это.

11) Старались путем молитвы и размышления улучшить наш сознательный контакт с Богом, как мы его понимаем, молясь лишь за понимание Его воли для нас и силу во исполнение её.

12) После духовного пробуждения в результате выполнения этих шагов мы старались делиться опытом с алкоголиками и применять эти принципы во всех наших делах.

Основной подход АА к проблеме постоянной трезвости выражается «программой на сутки». Члены АА понимают, что самое сложное – это быть трезвым сейчас, и всецело сосредоточиваются на том, чтобы не пить на протяжении конкретных, данных суток.

Помимо этого важны также три принципа: «Всё по порядку», «Главное не суетиться» и «Живи и давай жить другим». В современной психотерапии зависимого поведения можно выделить два главных подхода. Первый корректирует личность, базируясь на физиологическом уровне. Доминирующим методологическим принципом в данном случае являются учения И.П. Павлова и В.М. Бехтерева. Методы, применяющиеся в рамках этого подхода, предполагают выработку условно-рефлекторной реакции (аверсионная, гипносуггестивная психотерапия). Иной позиции придерживаются психотерапевты, предлагающие глубокий анализ личности больного. Ими предпринимаются попытки вскрыть глубинные механизмы, лежащие в основе формирования зависимостей. Используемые в данном подходе методы предполагают изучение и коррекцию мотивационно-потребностной сферы, установок, когнитивной, эмоциональной сферы, взаимоотношений больного с окружающими людьми. В истории отечественной психотерапии долгое время использовался первый подход. Он же продолжает оставаться ведущим и в настоящее время.

На современном этапе успешно развивается вторая линия, привлекающая, как адаптированные методы западных специалистов,

так и оригинальные методы отечественных психиатров и психологов в единый психотерапевтический комплекс.

В заключение необходимо отметить некоторые общие черты психотерапии зависимых больных.

1) Как правило, все методы психотерапии основаны на актуализации только одного инстинкта – самосохранения, который является далеко не единственным в сложной мотивационно-потребностной системе личности. Осознанно или бессознательно больной должен прийти к выводу о пагубности его влечения. Но в психоанализе, например, доказано, система инстинктов не исчерпывается только одним инстинктом стремления к жизни, что наряду с ним функционирует противоположный инстинкт – смерти – стремление личности к саморазрушению. Проблема взаимодействия инстинктов остается вне поля зрения специалиста.

2) Для зависимых больных характерна анозогнозия, что требует дополнительных усилий со стороны их окружения по мотивированию на лечение. Даже если зависимый больной по принуждению извне формально начинает работать с психотерапевтом или психологом, это не означает, что он действительно хочет и может излечиться.

3) Все методы прямо, открыто или замаскировано основываются на негативных эмоциях и/или вызывают их:

– эмоцию страха перед последствиями прогрессирования зависимости. Но, согласно данным психологии поощрения и наказания, люди оценивают вероятность плохого исхода как очень низкую, в лучшем случае, как 50% на 50%;

– эмоцию отвращения к наркотическому средству;

– чувство вины, часто претерпевающее у зависимых людей изменение на диаметрально противоположное – раздражение и агрессию. В то же время, как доказывается в психологии, негативные эмоции являются регулятором неадаптивного поведения личности.

4) Психотерапевтические методы в основном ориентированы на групповой вариант. Даже в случае индивидуальной работы методы не подбираются с учетом общих и специфичных для заболевания личностных характеристик (например, типов личности алкоголика по М.Е. Бурно).

5) Как правило, набор методов не отличается многообразием – используются всего лишь 1-2 метода работы с зависимыми больными.

6) Практически не учитывается одно из важнейших последствий разрыва личности с неодобряемым объектом зависимости – «потребность в зависимости от чего-либо» остается у личности и может породить новую негативную зависимость или ожидание разрешения встречи со старым желанным объектом.

7) В практике работы с зависимыми больными, как ни в какой другой области, широко используются услуги неквалифицированных лиц. Подготовка специалистов сложна и длительна, требует создания системы супервизорства.

Несомненно, все указанные аспекты требуют теоретического переосмысления и практической перестройки работы с зависимыми людьми.

Автоматический расчет t-критерия Стьюдента

Шаг 2

№	Выборки		Отклонения от среднего		Квадраты отклонений	
	В.1	В.2	В.1	В.2	В.1	В.2
1	4	7	-0.53	-1.88	0.2809	3.5344
2	4	9	-0.53	0.12	0.2809	0.0144
3	4	9	-0.53	0.12	0.2809	0.0144
4	3	9	-1.53	0.12	2.3409	0.0144
5	6	10	1.47	1.12	2.1609	1.2544
6	5	11	0.47	2.12	0.2209	4.4944
7	5	13	0.47	4.12	0.2209	16.9744
8	5	13	0.47	4.12	0.2209	16.9744
9	6	1	1.47	-7.88	2.1609	62.0944
10	6	8	1.47	-0.88	2.1609	0.7744
11	2	8	-2.53	-0.88	6.4009	0.7744
12	1	8	-3.53	-0.88	12.4609	0.7744
13	3	9	-1.53	0.12	2.3409	0.0144
14	3	7	-1.53	-1.88	2.3409	3.5344
15	5	10	0.47	1.12	0.2209	1.2544
16	4	10	-0.53	1.12	0.2809	1.2544
17	4	9	-0.53	0.12	0.2809	0.0144
18	6	9	1.47	0.12	2.1609	0.0144
19	8	8	3.47	-0.88	12.0409	0.7744
20	5	7	0.47	-1.88	0.2209	3.5344
21	5	10	0.47	1.12	0.2209	1.2544
22	9	10	4.47	1.12	19.9809	1.2544
23	7	9	2.47	0.12	6.1009	0.0144
24	6	8	1.47	-0.88	2.1609	0.7744
25	6	5	1.47	-3.88	2.1609	15.0544
26	5	9	0.47	0.12	0.2209	0.0144
27	2	9	-2.53	0.12	6.4009	0.0144
28	2	9	-2.53	0.12	6.4009	0.0144
29	2	7	-2.53	-1.88	6.4009	3.5344
30	3	9	-1.53	0.12	2.3409	0.0144
31	4	8	-0.53	-0.88	0.2809	0.7744
32	4	10	-0.53	1.12	0.2809	1.2544

33	5	11	0.47	2.12	0.2209	4.4944
34	6	11	1.47	2.12	2.1609	4.4944
35	3	13	-1.53	4.12	2.3409	16.9744
36	6	9	1.47	0.12	2.1609	0.0144
37	5	9	0.47	0.12	0.2209	0.0144
38	5	8	0.47	-0.88	0.2209	0.7744
39	5	7	0.47	-1.88	0.2209	3.5344
40	6	8	1.47	-0.88	2.1609	0.7744
41	6	8	1.47	-0.88	2.1609	0.7744
42	2	8	-2.53	-0.88	6.4009	0.7744
43	1	9	-3.53	0.12	12.4609	0.0144
44	3	10	-1.53	1.12	2.3409	1.2544
45	3	10	-1.53	1.12	2.3409	1.2544
46	5	11	0.47	2.12	0.2209	4.4944
47	4	13	-0.53	4.12	0.2809	16.9744
48	4	9	-0.53	0.12	0.2809	0.0144
49	9	9	4.47	0.12	19.9809	0.0144
50		9		0.12		0.0144
51		7		-1.88		3.5344
52		8		-0.88		0.7744
53		10		1.12		1.2544
54		10		1.12		1.2544
55		12		3.12		9.7344
56		10		1.12		1.2544
57		9		0.12		0.0144
58		7		-1.88		3.5344
59		7		-1.88		3.5344
60		7		-1.88		3.5344
61		8		-0.88		0.7744
62		6		-2.88		8.2944
63		9		0.12		0.0144
64		9		0.12		0.0144
65		10		1.12		1.2544
66		9		0.12		0.0144
67		8		-0.88		0.7744
68		5		-3.88		15.0544
69		9		0.12		0.0144

70		9		0.12		0.0144
71		9		0.12		0.0144
72		7		-1.88		3.5344
73		9		0.12		0.0144
74		8		-0.88		0.7744
75		10		1.12		1.2544
76		11		2.12		4.4944
77		11		2.12		4.4944
78		13		4.12		16.9744
79		9		0.12		0.0144
80		9		0.12		0.0144
81		9		0.12		0.0144
82		9		0.12		0.0144
83		9		0.12		0.0144
84		7		-1.88		3.5344
85		8		-0.88		0.7744
86		10		1.12		1.2544
87		10		1.12		1.2544
88		12		3.12		9.7344
89		10		1.12		1.2544
90		9		0.12		0.0144
91		7		-1.88		3.5344
92		7		-1.88		3.5344
93		9		0.12		0.0144
94		9		0.12		0.0144
95		8		-0.88		0.7744
96		7		-1.88		3.5344
97		10		1.12		1.2544
98		10		1.12		1.2544
99		9		0.12		0.0144
100		8		-0.88		0.7744
101		5		-3.88		15.0544
102		9		0.12		0.0144
103		9		0.12		0.0144
104		9		0.12		0.0144
105		7		-1.88		3.5344
106		9		0.12		0.0144
107		8		-0.88		0.7744
108		10		1.12		1.2544
109		11		2.12		4.4944

110		9		0.12		0.0144
111		10		1.12		1.2544
112		11		2.12		4.4944
113		13		4.12		16.9744
114		13		4.12		16.9744
115		1		-7.88		62.0944
116		8		-0.88		0.7744
117		8		-0.88		0.7744
118		8		-0.88		0.7744
119		9		0.12		0.0144
120		7		-1.88		3.5344
Суммы:	222	1066	0.03	0.4	158.2041	450.368
Среднее:	4.53	8.88				

Результат:  $t_{эмл} = 13.4$

Критические значения

$t_{кр}$	
$p \leq 0.05$	$p \leq 0.01$
<b>1.97</b>	<b>2.61</b>